आयुर्वेद श्रृङ्खला-४

आयुर्वेद
श्वास (दमको रोग)

सङ्कलन एवं नेपालीमा भावानुवाद : मोहनप्रसाद सापकोटा

थोरै कुरा

अथर्ववेद र सो अन्तर्गतका विभिन्न उपनिषद् बाहेक अन्य मुख्य मुख्य सबै प्राचीन वैद्यक ग्रन्थका मूल विषयसँग सम्बन्धित कुरा यसमा समावेश भएका छन् । अन्य रोगको ओखतीसँग समावेश भएर आउने दमरोगसम्बन्धी विषय अनुवाद भइसकेको पुस्तकका मात्र समावेश गरिएका छन् ।

अनुवादका लागि अनेक शब्दकोशको सहयोग लिइएको छ । अनुवादका क्रममा कतिपय शब्दको अर्थ थाहा पाउन सकिएन त कतिपय शब्दको अर्थ थाहा पाइए पनि समावेश गर्न सकिएन । सामान्य केही शब्दको अर्थ र नापोको अर्थ अन्तिममा दिएको छु ।

दमरोगको ओखती खाना सँगसँगै वा पटक पटक खुवाउनु भनिएको छ । मूल भागमा बताइएको मात्रा आधुनिक युगका मानिसले पचाउन नसक्ने अवस्था हुन्छ । त्यसैले हरेक ओखती मात्रा कम गरेर खानुपर्दछ । रोग र रोगीको अवस्था हेरी दिनको चार पटक, तीन पटक वा दुई पटक वा एक पटक ओखती खुवाउन सकिन्छ । धेरै गलेका, कमजोर, वृद्ध र स्त्रीले खाना खाँदा बीचमा ओखती खानु हितकर हुन्छ । बलिया रोगीले खालिपेटमा ओखती खाने गर्नुपर्दछ । यहाँ बताइएका बाहेक निघण्टु सङ्ग्रहबाट मैले जम्मा पारेर जानकारी दिएका दमरोगमा हीतकर अनेक थरी ओखतीको प्रयोग गरी बेग्लै ओखती पनि बनाउन सकिन्छ । मूल कुरो भनेको खाएको खाना र ओखती पच्नु पर्दछ, खाएर मात्र हुँदैन ।

आयुर्वेदमा के होला भनेर चाख राख्ने दमका रोगी र तिनका परिवार, उपचारमा संलग्न हुने सबै पक्ष, ओखती बनाउने पेसा लिएका व्यक्ति वा संस्था तथा विद्यार्थी वर्गलाई यो अनमोल सङ्ग्रहले अवश्य पनि लाभ दिनेछ भन्ने विश्वासका साथ यो पुस्तिका सित्तैमा सबैका लागि व्यापारिक प्रयोजनका लागि प्रयोग नगर्ने शर्तमा उपलब्ध गराएको छु ।

इन्टरनेटको भर हुँदैन, ल्यापटक, डेस्कटप वा मोबाइल जेबाट सकिन्छ डाउनलोड गरी प्रिण्ट गरेर राख्नु होला । साथै, उक्त वेबसाइडमा भएका मेरा अन्य थुप्रै कृतिका बारेमा पनि चाख लिनेलाई प्रचार प्रसार गरिदिनु होला ।

विद्यार्थीका नाताले सानो प्रयाश गर्दा भएका भूलहरु क्षम्य हुनेछन् भनी आशा गरेको छु । अस्तु ।

विषयसूची

परिभाषा खण्ड
दमरोगको परिभाषा
(Difficulty in breathing, Dysponea)

(क) काश्यप संहिता :

दक्षप्रजापतिको यज्ञमा (महादेवले यज्ञ विध्वंश गरेपछि) ज्यान जोगाउन भागिरहेका देवताहरू तथा ऋषिहरूको शरीर एवं मानसिक सन्तापले गर्दा (पृथ्वीमा) सबै किसिमका रोग उत्पन्न भए । कफ बढिरहेकै अवस्थामा दौडिरहँदा पानी पिएका कारण बाडुली, **दम** तथा अन्य पनि धर्म, धन, काम, मोक्ष, विद्या, बल र यश नाश गर्ने खालका रोगहरू सत्ययुग र त्रेतायुगको बीचमा पहिलो पटक उत्पत्ति भए ।

(ख) राजनिघण्टु :

दमरोगलाई शिखी वा श्वास भनिन्छ । दमलाई उत्प्राण वा श्वास भनिन्छ ।

(ग) सुश्रुत संहिता :

विहाय प्रकृतिं वायुः प्राणोऽथ कफसंयुतः । श्वासयत्यूर्ध्वगो भूत्वा तं श्वासं परिचक्षते ॥

प्राणवायुले आफ्नो स्वभाव छाडी (अर्थात् माथितिर मात्र जाने बनेर) कफसँग मिली जब स्वाँ स्वाँ निकाल्दछ तब यसलाई **दमरोग** भनिन्छ ।

दमरोग लाग्ने कारण

(क) अष्टाङ्ग हृदय, अष्टाङ्ग सङ्ग्रह :

कासवृद्ध्या भवेच्छ्वासः पूर्वैर्वा दोषकोपनैः । आमातीसारवमथुविषपाण्डुज्वरैरपि ॥
रजोधूमानिलैर्मर्मघातादतिहिमाम्बुना ।

खोकी बढ्दै गएपछि दम हुन्छ । अथवा कफ, पित्त आदि दोषलाई विकृत पार्ने कारणले; आउँले, वाकवाकीले, विषविकारले, पाण्डुरोगले वा जरोले पनि दम हुन सक्दछ । यसैगरी धूलो, धुवाँ, वायु र चिसो पानी पिउनाले तथा मर्मस्थलमा चोटपटक लाग्नाले पनि दमरोग हुन सक्दछ ।

(ख) काश्यप संहिता :

हिक्काश्वासौ कफाधिक्याद्धावतां पिबतां जलम् ॥१

कफ बढेर तथा दौडेर आराम नगरी पानी पिउनाले बाडुली र दम रोग हुन्छ ।

(ग) गरुडपुराण :

आमातिसारवमथुविषपाण्डुज्वरैरपि । रजोधूमानिलैर्मर्मघातादपि हिमाम्बुना ॥

आमातिसार, वमन, विषपान, पाण्डु र जरोले गर्दा पनि श्वासरोगको जन्म हुन सक्दछ । धुलो, धुवाँ र शीत वायुका कारण पनि यो रोग हुन सक्दछ । मर्मस्थलमा कुनै चोटपटक लाग्नाले र अती चिसो पानी (हिउँपानी वा फ्रिजमा राखिएको अति चिसो पानी आदि) पिउनाले पनि यो रोग लाग्न सक्दछ ।

(घ) भावप्रकाश संहिता, माधव निदान :

विदाहिगुरुविष्टम्भि रुक्षाभिष्यन्दिभोजनैः ।
शीतपानाशनस्नानरजो धूमात्तथाऽनिलैः ॥
व्ययामकर्मभाराध्ववेगाघातापतर्पणैः ।
हिक्का श्वासश्च कासश्च नृणां समुपजायते ॥

डाह गर्ने खालका, पचाउन कठिन हुने, कब्जियत गर्ने, रुखा र नसालाई अवरोध पार्ने पदार्थहरू (धेरै र लगातार, जस्तै रातमा दही खाने आदत) खाइरहने गर्नाले; चिसो पानी (वा पेय) धेरै पिउनाले, चिसो खाना खाने गर्नाले, चिसो पानीमा नुहाउने गर्नाले, धूलो र धुवाँ मुख र नाकबाट भित्र पस्नाले, धेरै हावाले हान्नाले, धेरै परिश्रम गर्नाले, गह्रौं कुरा उचाल्नाले, धेरै पैदल हिँड्नाले, दिसापिसाब आदिको वेग रोक्नाले तथा व्रत आदि बसी शरीरलाई तृप्त नपार्ने गर्नाले मानिसलाई बाडुली लाग्ने, खोकी लाग्ने र दम हुने गर्दछ ।

(ङ) भावप्रकाश संहिता, सुश्रुत संहिता :

यैरेव कारणैर्हिक्का देहिनां सम्प्रवर्तते । तैरेव बहुभिः श्वासो व्याधिर्घोरः प्रजायते ॥

मानिसलाई जे कारणले बाडुलीरोग लाग्दछ, ती अनेकथरी कारणले डरलाग्दो दमरोग पनि लाग्दछ ।

(च) मदनपाल निघण्टु :

धेरै गुलियो खाए यसले दम रोग हुन सक्दछ ।

(छ) रसरत्न समुच्चय :

श्लेष्मोपरुद्धगमनः पवनोऽतिदुष्टः सन्दूषयन्ननु जलान्नवहाश्च नाडीः ।
आमाशयोद्भवमिदं विदधात्युरस्थं श्वासे वक्रगमनो हि शरीरभाजाम् ॥

घाँटीमा कफ रोकिनाले वा जम्नाले हावाको सञ्चार शरीर भित्र राम्ररी हुन सक्दैन, यसैले गर्दा वायु दूषित हुन पुग्दछ । दूषित वायुले अन्न र जल बहने नसालाई दूषित पार्दछ र आफू भने बाङ्गो भएर बहन थाल्दछ । यस्ता मानिसको आमाशयबाट उठेको वायुले छातीमा आई दमरोग उत्पन्न गर्दछ ।

(ज) राजनिघण्टु :

वर्षा ऋतुमा नदीको पानी पिउनाले ले दम निकाल्दछ । प्रायः सबै जनावरको काँचो दूधले दम निकाल्दछ ।

(झ) राजवल्लभनिघण्टु :

पूर्वतिरबाट चलिरहेको हावाले दम निकाल्दछ । अत्यधिक मैथुनले दम, खोकी, जरो आदि रोग निकाल्दछ ।

(ञ) वङ्गसेन आयुर्वेद :

यैरेव कारणैर्हिक्का बहुभिः सम्प्रवर्त्तते । तैरेव कारणैः श्वासः सद्यो भवति देहिनाम् ॥

जेजस्ता कारणले बाडुलीरोग उत्पन्न हुन्छ तिनै कारणले तुरुन्त मानिसलाई दमरोग पनि उत्पन्न हुने गर्दछ ।

वाताधिको भवेत्क्षुद्रस्तमकस्तु कफोत्तरः । कफाद्वाताधिकात्पित्तसंसृष्टश्छिन्नसंज्ञकः ॥

श्वासो मारुतसंसृष्टो महानूर्ध्वस्तथा मतः ॥

क्षुद्रश्वासमा वातको प्रभाव बढी हुन्छ । तमकश्वासमा कफको प्रभाव बढी हुन्छ । छिन्नश्वास त्रिदोषजन्य हुन्छ । महाश्वास र ऊर्ध्वश्वासमा वातको प्रभाव बढी हुन्छ ।

(ट) शार्ङ्गधर संहिता :

मानिसका शरीबाट अत्यधिक रगत निकालियो भने दम हुने सम्भावना हुन्छ ।

(ठ) सुश्रुत संहिता :

विदाहिगुरुविष्टम्भिरूक्षाभिष्यन्दिभोजनैः ।
शीतपानासनस्थानरजोधूमानिलानलैः ॥
व्यायामकर्मभाराध्ववेगाघातापतर्पणैः ।
आमदोषाभिघातस्त्रीक्षयदोषप्रपीडनैः ॥
विषमाशनाध्यशनैस्तथा समशनैरपि ।
हिक्का श्वासश्च कासश्च नृणां समुपजायते ॥

डाह गर्ने, पचाउन कठिन, कब्जियत गर्ने, नसा अवरुद्ध पार्ने र चिसा पेयपदार्थको सेवन; चिसो स्थानको बसाई, चिसो ठाउँको भ्रमण, धूलो, धुवाँ, वायु, आगो, कसरत, परिश्रम, भारी वजन उठाउने कार्य, पैदल यात्रा, दिसापिसाबको वेग रोक्ने कार्य, भोकै बस्ने कार्य, आमविकार, चोटपटक, मैथुन, दोषले हुने पीडा, समयमा खाना नखाने बानी, नपच्ने गरी धेरै खाने बानी र शरीरले सहने र नसहने कुरा मिसाएर खाने बानीले मानिसलाई बाडुली रोग, दम र खोकी लाग्ने गर्दछ ।

(ड) हारीत संहिता :

अधिक परिश्रमले, कसरत गर्दै नगर्नाले, चिन्ता गर्नाले, शोक गर्नाले, डराउनाले, रिसाउनाले, ओखतीको गन्धले र विशेष गरी धातुहरू क्षय हुनाले पेटभित्रको अग्नि बढ्न गई बाहिरी छालामा आश्रित रक्तपित्तले जरो फुटाउँदछ । जरोबाट मन्दज्वर (भित्री जरो) आउँदछ । मन्दज्वरबाट अति मन्दज्वर हुन्छ । यसबेला अति अमिला पदार्थ खाइए कमलपित्त हुन जान्छ । कमलपित्तबाट हलीमक (कडा कमलपित्त) हुन्छ । हलीमकबाट पाण्डुरोग हुन पुग्दछ । पाण्डुरोगबाट क्षयरोग हुन पुग्दछ । क्षयरोगबाट सुजन हुन्छ । सुजनबाट पेटका रोग हुन्छ । पेटको रोगबाट वातविकार भई गुल्म रोग उब्जन्छ । गुल्मरोगले गर्दा दम हुन्छ । वातविकार नभई अर्थात् शरीर भित्रको वायु दूषित नभई दमरोग हुँदैन ।

दमरोगका प्रकारहरू

(क) अष्टाङ्ग हृदय, गरुडपुराण :

क्षुद्रकस्तमकश्छिन्नो महानूर्ध्वश्च पञ्चमः ।

क्षुद्रक, तमक, छिन्न, महान् र ऊर्ध्व गरी पाँच प्रकारका श्वासरोग हुन्छन् ।

(ख) काश्यप संहिता :

...श्वासः ... पञ्चविधाः प्रोक्ताः...।

दम रोग पाँच किसिमका हुन्छन् ।

(ग) भावप्रकाश संहिता, माधव निदान, वङ्गसेन आयुर्वेद, सुश्रुत संहिता :

महोर्ध्वच्छिन्नतमकक्षुद्रभेदैस्तु पञ्चधा । भिद्यते स महाव्याधिः श्वास एको विशेषतः ॥

श्वास वा दम नामको ठूलो रोग स्वरूपमा एउटै भएपनि कारण र लक्षणका आधारमा फरक हुने भएकोले महाश्वास, ऊर्ध्वश्वास, छिन्नश्वास, तमकश्वास र क्षुद्रश्वास गरी पाँच प्रकारको हुन्छ ।

(घ) शार्ङ्गधर संहिता :

श्वासाश्च पञ्च विज्ञेयाः क्षुद्रः स्यात्तमकस्तथा ॥ ऊर्ध्वश्वासो महाश्वासच्छिन्नश्वासश्च पञ्चमः ।

श्वासप्रश्वास सम्बन्धी रोग वा दम पनि क्षुद्र, तमक, ऊर्ध्व, महा र छिन्न गरी पाँच किसिमका हुन्छन् ।

(ङ) हंसराज निदान :

श्वासः स्वाभाविको मन्दो ह्यतिश्वासोरुजाकरः । मृतिप्रदो महाश्वासस्त्रिविधं श्वासलक्षणम् ॥

श्वास स्वभावतः मन्द हुने गर्दछ । तर अतिश्वासरोगले यसको गतिमा अवरोध हुन्छ । महाश्वासले ज्यान लिन्छ । यी श्वासका तीन लक्षण हुन् ।

दमरोगका पूर्वलक्षणहरू

(क) अष्टाङ्ग हृदय, गरुडपुराण :

प्राग्रूपं तस्य हृत्पार्श्वशूलं प्राणविलोमता । आनाहः शङ्खभेदश्च ...॥

छाती र कोख दुख्नु, प्राणवायु उल्टो चालले बहनु, पेट फुल्नु र कञ्चट अति दुख्नु दमरोगका पूर्वलक्षणहरू हुन् ।

(ख) भावप्रकाश संहिता, माधव निदान, वङ्गसेन आयुर्वेद :

प्राग्रूपं तस्य हृत्पीडा शूलमाध्मानमेव च । आनाहो वक्त्रवैरस्यं शङ्खनिस्तोद एव च॥

छातीमा पीडा हुनु, कोखो दुख्नु, वायुले पेट फुल्नु, आमविकारले वा दिसाका कारण पेट फुल्नु, मुखले स्वाद थाहा नपाउनु र कञ्चट सियोले घोचेजसरी दुख्नु : यी दमरोग हुनुभन्दा पहिले देखिने लक्षणहरू हुन् ।

(ग) सुश्रुत संहिता :

प्राग्रूपं तस्य हृत्पीडा भक्तद्वेषोऽरतिः परा । आनाहः पार्श्वयोः शूलं वैरस्यं वदनस्य च॥

छाती दुख्नु, भोजनप्रति द्वेष हुनु, मन नरत्तिनु, पेट फुल्नु, कोखा दुख्नु र मुख विरस हुनु वा जिब्रोले स्वाद थाहा पाउन छाड्नु : यी दमरोगका पूर्वलक्षणहरू हुन् ।

दमरोगका लक्षण

(क) हंसराज निदान :

शुष्काश्यं कुरुते रुणद्धि परतः स्रोतांसि रक्ताननं
हृत्कण्ठोष्ठमुखेषु शोषमरतिं श्वासोऽरुचिं नाशते ।
आध्मानं तनुते शिरां विधमते नृणां तनुं कम्पते
शूलं वेदनया युतं विकलतां शब्दं परं रुन्धते॥

दमरोगले मुख सुकाउने, रस बहने बाटो रोक्ने, मुख रातो बनाउने; छाती, घाँटी, ओठ र मुख सुन्निने; मनलाई खिन्न पार्ने, अरुचि, पेट फुल्ने, नसा फरफराउने, शरीर काम्ने, दुखाउने, शूल हुने, मन दिक्क पार्ने र स्वरलाई कमजोर पार्ने गर्दछ ।

दमरोग लाग्ने प्रकृया

(क) अष्टाङ्ग हृदय, गरुडपुराण :

कफोपरुद्धगमनपवनो विष्वगास्थितः ॥
प्राणोदकान्नवाहीनि दुष्टस्रोतांसि दूषयन् । उरःस्थः कुरुते श्वासमामाशय- समुद्भवम् ॥

शरीरभित्र कफका कारण सामान्य किसिमले मार्ग-अवरोध भएको सर्वव्यापी वायु प्राणवाहिनी, जलवाहिनी, अन्नवाहिनी नसा वा आन्द्रा तथा रक्त-पित्त आदि जन्य स्रोतलाई दूषित पार्दै जब मुटुमा पुग्दछ तब त्यसले आमाशयमा श्वासरोगलाई जन्म दिन्छ । (अर्थात् यदि आमाशयमा कफ बढ्न दिइँदैन र वायु चल्ने बाटो अवरुद्ध हुँदैन भने दमको रोग नै हुँदैन) ।

(ख) चरक संहिता, भावप्रकाश संहिता, माधव निदान :

यदा स्रोतांसि संरुध्य मारुतः कफपूर्वकः । विष्वग्व्रजति संरुद्धस्तदा श्वासान् करोति सः ॥

कफ विकृत भएर रोकिएको र विकृत भएको वायुले जब सास ओहोरदोहोर गर्ने स्रोतलाई अवरुद्ध पारी सबैतिर अर्थात् फोक्सोमा समेत फैलन पुग्दछ तब श्वास रोगको जन्म हुन पुग्दछ ।
(जब कफको पछिपछि लागेर जाने वायुले सासको बाटोमा रहेका स्रोतलाई रोक्दछ र आफैं पनि कफका कारण रोकिएको हुनाले आफ्नो स्वाभाविक बाटोमा हिँड्न नसकी जता मन लाग्यो त्यता हिँड्न थाल्दछ तब यसले दमरोग निकाल्दछ ।)

(ग) रसरत्न समुच्चय :

श्लेष्मोपरुद्धगमनः पवनोऽतिदुष्टः सन्दूषयन्ननु जलान्नवहाश्च नाडीः ।
आमाशयोद्भवमिदं विदधात्युरस्थं श्वासे वक्रगमनो हि शरीरभाजाम् ॥

घाँटीमा कफ रोकिनाले वा जम्नाले हावाको सञ्चार राम्ररी हुन सक्दैन, यसैले गर्दा वायु दूषित हुन पुग्दछ । दूषित वायुले अन्न र जल बहने नसालाई दूषित पार्दछ र आफू भने बाङ्गो भएर बहन थाल्दछ । यस्ता मानिसको आमाशयबाट उठेको वायुले छातीमा आई दमरोग उत्पन्न गर्दछ ।

(घ) वङ्गसेन आयुर्वेद :

यदा स्रोतांसि संरुध्य मारुतः कफमूर्च्छितः । विश्वग्व्रजतिसंक्रुद्धस्तदा श्वासान् करोति सः ॥

शरीर भित्र रहेको हावाले जब कफसँग मिलेर सास बहने, पानी बहने र अन्न बहने स्रोतहरूलाई रोक्दछ तब कफ स्वतः रोकिन पुगी चारैतिर बसेर दमरोग उत्पन्न गर्दछ ।

(ग) हंसराज निदान :

प्राणोदानसमानकोपजनितः श्वासो रुषावर्द्धने क्रुद्धोर्ध्वं व्रजते मुहुर्मुहुरथो दोधूयमानं नरम् ।
निद्राहन्ति महातृषां वितनुते शीतज्वरं कम्पनं प्रस्वेदं कुरुते तनौ विकलतां दाहं भ्रमं बिभ्रते ॥

प्राण, उदान र समान वायु उत्तेजित र विकृत भई तलमाथि घुम्दै, निद्रा नाश गर्दै, कडाखालको तिर्खा लगाउँदै; शीतज्वर, कफ र पसिना निकाल्दै; शरीरलाई विचलित पार्दै तथा डाह र रिँगटा गराउँदै जुन रोग हुन्छ त्यसलाई श्वासरोग वा दम भनिन्छ ।

रोग पहिचान खण्ड
स्वाभाविक सास

(क) हंसराज निदान :

श्वासः सङ्कुरुते बलं मुदुतनुं स्वाभाविकः सौख्यदो
धैर्यं शौर्य्यमदोत्सवं सुभगतां शक्तिं पवित्रं नरम् ।
ऊर्ध्वाधोगतिरुत्तमा पवनयोर्दुर्गन्धिनिर्णाशकः
सौगन्धिं सुकुमारतां वितनुते हर्षं परं वर्द्धते ॥

स्वाभाविक सास बलदायक, शरीरलाई कोमल बनाइरहने, सुखदायक; धैर्य, पराक्रम, मद, मङ्गल, सुन्दरता, शक्ति र पवित्रता दिने; वायु तलमाथि (बाहिर भित्र सहजै) गर्ने, दुर्गन्ध नाशक, सुगन्ध दायक तथा कोमलता र हर्ष बढाउने गुणको हुन्छ ।

क्षुद्रश्वास

(क) अष्टाङ्ग हृदय, गरुडपुराण :

...तत्रायासातिभोजनैः । प्रेरितः प्रेरयेत् क्षुद्रं स्वयं संशमनं मरुत् ॥

परिश्रमले र धेरै खाना खानाले हौसिएको वायुले क्षुद्रश्वास (स्वाँ स्वाँ) उत्पन्न गर्दछ । केही समयपछि यो आफैं शान्त हुने गर्दछ ।

(ख) चरक संहिता, भावप्रकाश संहिता, माधव निदान, वङ्गसेन आयुर्वेद :

रूक्षायासोद्भवः कोष्ठे क्षुद्रो वात उदीरयन् । क्षुद्रश्वासो न सोऽत्यर्थं दुःखेनाङ्गप्रबाधकः ॥
हिनस्ति न स गात्राणि न च दुःखो यथेतरे । न च भोजनपानानां निरुणद्ध्युचितां गतिम् ॥
नेन्द्रियाणां व्यथां नापि काञ्चिदापादयेद्रुजम् । इति क्षुद्रश्वासः ।

रुखा खानपिन र परिश्रमले उत्पन्न हुने पत्ता लगाउन कठिन र थाहा पाउने लक्षण कम भएको वायुले शरीर भित्र मास्तिर सर्दै श्रुद्रश्वास रोग उत्पन्न गर्दछ । यो महाश्वास आदि जस्ता अन्य श्वासरोग जस्तो कष्टकर हुँदैन, शरीरलाई धेरै बाधा पनि गर्दैन । न त यो शरीर नाशक नै हुन्छ । यो अरु जस्तो निको पार्न नसकिने पनि हुँदैन । न त यसले खानपिनको चालमा कुनै बाधा नै गर्दछ । यसले इन्द्रियलाई पीडित पनि गर्दैन न त अरु रोग नै उत्पन्न गर्दछ ।

(ग) सुश्रुत संहिता :

किञ्चिदारभमाणस्य यस्य श्वासः प्रवर्तते । निषण्णस्यैति शान्तिं च स क्षुद्र इति संज्ञितः ॥

कुनै पनि काम गर्दा वा थोरै थकाई लाग्दा पनि छिटो छिटो चल्न थाल्ने र बसेपछि शान्त हुने दमरोगलाई क्षुद्रश्वास भनिन्छ ।

अतिश्वास

(क) हंसराज निदान :

अतिश्वासः कासं वितरति भृशं शूलमरतिं बल वीर्यं तेजो हरति कुरुते छर्दिमरुचिम् ।
मुख घ्राणं कण्ठं तुदति वहते श्लेष्ममधिकं तृषाध्मानं हिक्कां तनुषु गुरुतां स्वेदमाधिकम् ॥

अतिश्वास भएमा खोकी, शूल, मनको बेचैनी, बल वीर्य तेज नाश; बान्ता, अरुचि; मुख, नाक र घाँटीमा पीडा; कफ धेरै आउने, तिर्खा लाग्ने, पेट फुल्ने, बाडुली आउने, शरीर भारी हुने, र पसिना धेरै आउने गर्दछ ।

तमकश्वास
(Bronchial asthma, Asthma)

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, हृदय, गरुड महापुराण :

प्रतिलोमं सिरा गच्छन्नदीर्य पवनः कफम् । परिगृह्य शिरोग्रीवमुरःपार्श्वे च पीडयन्॥
कासं घुर्घुरकं मोहमरुचिं पीनसं तृषम् । करोति तीव्रवेगं च श्वासं प्राणोपतापिनम्॥
प्रताम्येत्तस्य वेगेन निष्ठ्यूतान्ते क्षणं सुखी ।
कृच्छ्राच्छयानः श्वसिति निषण्णः स्वास्थ्यमृच्छति॥
उच्छ्रिताक्षो ललाटेन स्विद्यता भृशमर्तिमान् । विशुष्कास्यो मुहुःश्वासी काङ्क्षत्युष्णं सवेपथुः॥
मेघाम्बुशीतप्राग्वातैः श्लेष्मलैश्च विवर्धते । स याप्यस्तमको साध्यो नवो वा बलिनो भवेत्॥

वायु स्रोतमा उल्टो गतिले हिँड्दै कफलाई बढाएर, टाउको र घाँटीलाई अँठ्याउँदै, छाती र कोखलाई दुखाउँदै पहिले खोकी निकाल्दछ अनि घाँटी घ्यारघ्यार गरेर बज्ने, मोह, अरुचि, पिनास र तिर्खा निकाल्दछ । यसपछि सँगसँगै कडा वेगको सास उत्पन्न गर्दछ जसले गर्दा ज्यानै जाला जस्तो पीडा हुन्छ । सासको वेग यति बढ्दछ कि आँखा अगिल्तिर अँध्यारो हुन थाल्दछ । कफ निस्केपछि केही बेरका लागि आराम हुने गर्दछ । सुत्दा पनि सास लिन कठिन हुन्छ । बस्दा केही थोरै सुख हुन्छ । सासको वेगले समाउँदा आँखा मास्तिर सर्दछ, निधारमा पसिना आउँदछ, रोगी अति दुःखी हुन्छ, मुख सुक्दछ, पटकपटक सास आउँदछ (दम चल्दछ), तातो कुरा खान वा भोग गर्न मन लाग्दछ र शरीर काम्न थाल्दछ । बादल लाग्दा, पानी पर्दा, शीत पर्दा र पूर्व दिशाबाट हावा चल्दा अनि कफ बढ्ने आहारविहार गर्दा सास (स्वाँ स्वाँ) बढ्ने गर्दछ । यसलाई “तमकश्वास” भनिन्छ । यो रोग शान्त पार्न मात्र सकिन्छ अर्थात् कन्ट्रोल मात्र गर्न सकिन्छ । कहिलेकाहीँ भर्खर भर्खर लागेको अवस्थामा बलियो व्यक्तिलाई लागेको छ भने उचित उपचार गर्दा निको पनि हुन्छ ।

नोटः आयुर्वेदका मूल भागमा यी कुरा गरिए पनि ओखती भने बताइएका छन् ।

(ख) भावप्रकाश संहिता, माधव निदान, वङ्गसेन आयुर्वेद :

प्रतिलोमं यदा वायुः स्रोतांसि प्रतिपद्यते । ग्रीवां शिरश्च सङ्गृह्य श्लेष्माणं समुदीर्य च॥
करोति पीनसं तेन रुद्धो घुर्घुरकं तथा । अतीव तीव्रवेगं च श्वासं प्राणप्रपीडकम्॥
प्रताम्यति स वेगेन तृष्यते सन्निरुध्यते । प्रमोहं कासमानश्च स गच्छति मुहुर्मुहुः॥
श्लेष्मण्यमुच्यमाने तु भृशं भवति दुःखितः । तस्यैव च विमोक्षान्ते मुहूर्तं लभते सुखम्॥
तथाऽस्योद्ध्वंसते कण्ठः कृच्छ्राच्छक्नोति भाषितुम् ।
न चापि लभते निद्रां शयानः श्वासपीडितः॥
पार्श्वे तस्यावगृह्णाति शयानस्य समीरणः । आसीनो लभते सौख्यमुष्णं चैवाभिनन्दति॥
उच्छ्रिताक्षो ललाटेन स्विद्यता भृशमार्तिमान् । विशुष्कास्यो मुहुः श्वासो मुहुश्चैवावधम्यते॥
मेघाम्बुशीतप्राग्वातैः श्लेष्मलैश्च विवर्धते । स याप्यस्तमकः श्वासः साध्यो वा स्यान्नवोत्थितः॥

शरीर भित्र उल्टो गतिमा चल्न सिकेको वायुले सास हिँड्ने स्रोतमा पुगेर घाँटी र टाउकोलाई समाती कफलाई अज विकृत पारी पिनास रोगलाई जन्म दिन्छ । यो कफले अवरुद्ध भएको वायुले घुर्घुर शब्द सहितको सासको आश्रयस्थल छातीलाई पीडा गर्ने अती कडा वेगको तमकश्वासलाई जन्माउँदछ । तमकश्वासको रोगीले आफू अन्धकारमा भासिएको जस्तो महशूष गर्दछ ।अर्थात् उसको आँखा अगिल्तिर अँध्यारो हुने गर्दछ । तिर्खाले व्याकुल र बेहोस हुने गर्दछ । पटपटक खोकेर बेहोस होला जस्तो हुने गर्दछ । खोक्दा खोक्दा कफ नफुक्लँदासम्म उसलाई बेचैनी हुने गर्दछ । तर कफ निस्केपछि केही समयका लागि आरामको अनुभव गर्दछ । घाँटी बस्दछ र बल गरेर पनि कठिन तरिकाले केही कुरा बोल्न सक्दछ । सुत्दा पनि श्वासले पीडित हुनाले निदाउन सक्दैन किन कि सुत्दा उसको कोखमा रहेको वायुले पीडा दिने गर्दछ । बस्दा केही आराम हुन्छ । ताता पदार्थ उसका लागि अनुकूल हुने गर्दछ । आँखा सुन्निन्छन् वा बाहिरतिर निस्कन्छन् । टाउकोमा पसिनाले भिज्ने गर्दछ र दुखिरहन्छ । मुख सुक्दछ । पटकपटक सास लिन्छ र आवाज निकाल्दै बाहिर फाल्ने गर्दछ । बादल, चिसो पानी, जोडो मौसम, पूर्वतिरबाट चल्ने हावा र कफ बढाउने कुरा सेवन गरेका दिन यो रोग बढ्दछ । यो रोग रोक्न मात्र सकिन्छ तर भर्खर लागेको भए ठिक हुन पनि सक्दछ ।

(ग) सुश्रुत संहिता :

प्रतिलोमं यदा वायुः स्रोतांसि प्रतिपद्यते । ग्रीवां शिरश्च सङ्गृह्य श्लेष्माणं समुदीर्य च ॥
करोति पीनसं तेन रुद्धो घुर्घुरुकं तथा । अतीव तीव्रवेगं च श्वासं प्राणप्रपीडकम् ॥
प्रताम्यत्यतिवेगाच्च कासते सन्निरुध्यते । प्रमोहं कासमानश्च स गच्छति मुहुर्मुहुः ॥
श्लेष्मण्यमुच्यमाने तु भृशं भवति दुःखितः । तस्यैव च विमोक्षान्ते मुहूर्तं लभते सुखम् ॥
तथाऽस्योद्ध्वंसते कण्ठः कृच्छ्राच्छक्नोति भाषितुम् ।
न चापि लभते निद्रां शयानः श्वासपीडितः ॥
पार्श्वे तस्यावगृह्णाति शयानस्य समीरणः । आसीनो लभते सौख्यमुष्णं चैवाभिनन्दति ॥
उच्छ्रिताक्षो ललाटेन स्विद्यता भृशमर्तिमान् । विशुष्कास्यो मुहुः श्वासो मुहुश्चैवावधम्यते ॥
मेघाम्बुशीतप्राग्वातैः श्लेष्मलैश्चाभिवर्धते । स याप्यस्तमकश्वासः साध्यो वा स्यान्नवोत्थितः ॥
इति तमकश्वासः ।

जब वायु विपरीत भाव लिएर स्रोतमा विचरण गर्दछ तब घाँटी र टाउकोलाई आक्रान्त पार्दै कफलाई विकृत बनाएर पिनास निकाल्दै घुर्घुर आवाज सहित बल लगाएर सास फेर्नुपर्ने बनाउँदछ । सासको कडा वेगले गर्दा रोगी खिन्न हुन्छ । उसलाई वेगिलो खोकी लाग्दछ । केहीबेर सास रोक्किने गर्दछ वा केहीबेरका लागि उ बेहोस हुने गर्दछ अथवा कफले गर्दा छाती रोकिन्छ । कफ ननिस्किए रोगी अति दुःखी हुन्छ । कफ निस्कँदा उसलाई केहीबेरका लागि आराम महशूष हुन्छ । घाँटी खराब हुन्छ । रोगी अति मुश्किलले बोल्ने गर्दछ । उसलाई सुत्दा पनि निद्रा लाग्दैन, खोकी लाग्दछ र वायुले कोखोमा पीडा दिन थाल्दछ । बस्दा केही आराम अनुभव गर्दछ । निधारमा पसिना आउँदछन् । उसलाई अति पीडा हुन्छ । मुख सुक्दछ । सास पटकपटक खलाँती चलेजसरी चल्ने गर्दछ । बादल लागेका दिन, पानी परेका दिन, चिसोले र पूर्वतिरको हावा खाएका दिन तथा कफ बढ्ने कुरा खानपिन गरेका दिन उसको रोग बढ्ने गर्दछ । यो तमकश्वास रोग नियन्त्रणमा राख्न सकिने रोग हो । तर, भर्खर लागेको भए पूरै निको पनि हुन्छ ।

तृट्स्वेदवमथुप्रायः कण्ठघुर्घुरिकान्वितः । विशेषाद्दुर्दिने ताम्येच्छ्वासः स तमको मतः ॥

तिर्खा बढी लाग्ने, पसिना बढी आउने र वाकवाकी धेरै हुने; घाँटी घरघर गरेर बज्ने र बादल लागेका दिन बढी हुने दमको रोगलाई तमकश्वास भनिन्छ ।

प्रतमकश्वास

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय, गरुड महापुराण :

ज्वरमूर्च्छायुतः शीतैः शाम्येत्प्रतमकस्तु सः ।

जुन दम आउँदा वा हुँदा जरो आउने र बेहोस हुने लक्षण पनि देखिन्छ तथा शीतल उपचारले शान्त हुने गर्दछ त्यसलाई प्रतमक भनिन्छ ।

(ख) चरक संहिता :

ज्वरमूर्च्छापरीतस्य विद्यात् प्रतमकं तु तम् ।

तमकश्वास रोगमा अरु लक्षण सहित जरो आउने र बेहोस पनि हुने भए त्यसलाई प्रमतक भनिन्छ ।

(ग) भावप्रकाश संहिता :

ज्वरमूर्च्छापरीतश्च विद्यात्प्रतमकं भिषक्॥

जुन् तमकश्वासमा जरो र बेहोसीपन अत्यधिक हुन्छ त्यस्तो रोगलाई प्रतमकश्वास भनिन्छ ।

उदावर्तरजोजीर्णक्लिन्नकायनिरोधजः । तमसा वर्द्धतेऽत्यर्थं शीतलैश्च प्रशाम्यति ॥
मज्जतस्तमसीवास्य विद्यात्प्रतमकन्तु तम् ॥

फरक मत : उदावर्त रोग, रज, आम आदि अजीर्ण र योगलाई रोक्ने गर्नाले; बुढचौलीका कारणले तथा पिसाब आदि सत्र प्रकारका वेग रोक्ने गर्नाले उत्पन्न भएको तथा अन्धकारले बढ्ने र शीतल पदार्थले शान्त हुने खालको दमरोगलाई प्रतमक भनिन्छ । यो रोगमा रोगीलाई भयङ्कर अन्धकारमा परिरहेको छु जस्तो भान हुन्छ ।

(घ) माधव निदान :

ज्वरमूर्च्छापरीतस्य विद्यात्प्रतमकं तु तम् । उदावर्तरजोऽजीर्णक्लिन्नकायनिरोधजः ॥

यदि तमकश्वासको रोग हुँदा जरो आउने र बेहोस हुने समस्या पनि देखिन्छ त्यसलाई प्रतमकश्वास रोग भनिन्छ । यस्तो रोग उदावर्त रोगले, धूलोले, अजीर्णको रोगले, शरीको आर्द्रता वा बुढचौलीले वा मलमूत्र आदिको वेग रोक्नाले उत्पन्न हुन्छ ।

(ङ) वङ्गसेन आयुर्वेद :

ज्वरमूर्च्छापरीतस्य विद्यात्प्रमतकन्तु तम् । उदावर्त्तरजोऽजीर्णक्लिन्नकायनिरोधजः ॥
तमसा वर्धतेऽत्यर्थं शीतैश्चाशु प्रताम्यति । मज्जतस्तमसीवास्य विद्यात्प्रतमकन्तु तम् ॥

जरो आउने र बेहोस हुने कारणलेयो दमको रोगलाई प्रतमक भनिन्छ । (अन्य आचार्यका अनुसार) उदावर्त रोगले, नाक र मुखभित्र धूलो छिर्नाले, अजीर्णको रोगले, डढेका खानेकुरा पच्नाले, धेरै खाना खानाले र दिसा पिसाब आदिको वेग रोक्ने गर्नाले जुन् दम उत्पन्न हुन्छ त्यो दम तातोका कारण बढ्दछ र चिसोले गर्दा घट्दछ । रोगी आफू अन्धकारमा जाकिएको महशूष गर्दछ । त्यस्तो दमको रोगलाई प्रतमक भनिन्छ ।

(च) सुश्रुत संहिता :

घोषेण महताऽऽविष्टः सकासः सकफो नरः । यः श्वसित्यबलोऽन्नद्विट् सुप्तस्तमकपीडितः ॥
स शाम्यति कफे हीने स्वपतश्च विवर्धते । मूर्च्छाज्वराभिभूतस्य ज्ञेयः प्रतमकस्तु सः ॥

तमकश्वास भएको, कमजोर, अन्नसँग द्वेष गर्ने, सुतेका बेलामा ठूलो स्वरले कफ सहितको खोकी आउने, कफ कम हुँदा रोग शान्त हुने, सुत्दा बढ्ने, बेहोस हुने र जरो निकाल्ने दमको रोगलाई प्रतमकश्वास भनिन्छ ।

सन्तमकश्वास

(क) चरक संहिता :

उदावर्तरजोऽजीर्णक्लिन्नकायनिरोधजः॥
तमसा वर्धतेऽत्यर्थं शीतैश्चाशु प्रशाम्यति। मज्जतस्तमसीवाऽस्य विद्यात् सन्तमकं तु तम्॥

उदावर्त रोग, धूलो मुख र नाकमा पस्नाले, अजीर्णले, शरीर मानसिकरूपमा थकित हुने गर्नाले, शरीरका मलमूत्र आदि वेग रोक्नाले जुन स्वाँ स्वाँ वा श्वासरोग उत्पन्न हुन्छ त्यो अन्धकार वा तमोगुणले अति नै बढ्ने गर्दछ। शीतकर्मले तत्काल शान्त हुन्छ। रोगीले आफूलाई कतै अन्धकारमा फसिरहेको जस्तो अनुभव गर्दछ। यो रोगलाई सन्तमक भनिन्छ।

(ख) माधव निदान :

तमसा वर्धतेऽत्यर्थं शीतैश्चाशु प्रशाम्यति। मज्जतस्तमसीवास्य विद्यात्सन्तमकं तु तम्॥

तर जब यो श्वासरोग अन्धकारले वा मानसिक समस्याले बढ्दछ अनि शीतोपचार गर्दा शान्त हुने गर्दछ, रोगी आफूलाई अन्धकारमा डुबेको महशूष गर्दछ भने त्यो रोगलाई सन्तमक रोग भनिन्छ।

ऊर्ध्वश्वास (दमरोगविशेष)
(Stertorous breathing or failing respiration)

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय, गरुड महापुराण :

दीर्घमूर्ध्वं श्वसित्यूर्ध्वान्न च प्रत्याहरत्यधः । श्लेष्मावृतमुखस्रोताः क्रुद्धगन्धवहार्दितः ॥
ऊर्ध्वदृग्वीक्षते भ्रान्तमक्षिणी परितः क्षिपन् । मर्मसु च्छिद्यमानेषु परिदेवी निरुद्धवाक् ॥

सास वहने स्रोतका मुख कफले अवरुद्ध भई सास बाहिर फाल्दा लामो तरिकाले फाल्ने तर भित्र लामो सास नजाने, विकृत वायुले रोगी पिडीत भई आँखाका पुतली मास्तिर सर्ने, आँखा भ्रमित हुने, आँखा यताउता घुमिरहने, छाती आदि मर्मस्थलमा काटेको जसरी पीडा हुने र अन्तमा बोली नै बन्द हुने : यी ऊर्ध्वश्वासका लक्षणहरू हुन् ।

(ख) चरक संहिता :

दीर्घं श्वसिति यस्तूर्ध्वं न च प्रत्याहरत्यधः । श्लेष्मावृतमुखस्रोताः क्रुद्धगन्धवहार्दितः ॥
ऊर्ध्वदृष्टिर्विपश्यंश्च विभ्रान्ताक्ष इतस्ततः । प्रमुह्यन्वेदनार्तश्च शुष्कास्योऽरतिपीडितः ॥
ऊर्ध्वश्वासे प्रकुपिते ह्यधःश्वासो निरुध्यते । मुह्यतस्ताम्यतश्चोर्ध्वं श्वासस्तस्यैव हन्त्यसून् ॥

जसको सास बहने स्रोत कफले ढाकेको र वायुले पीडित हुन्छ उसको सास लामो तरिकाले फेर्ने गर्दछ । उसले बाहिर फाल्ने सास लामो हुन्छ । रोगी धेरै बेरसम्म सास फाल्दैन र सास तान्न पनि कठिन हुन्छ । रोगी माथितिर आँखा लगाएर भ्रमित नेत्रले हडबडाउँदै यताउता विकृत दृष्टिले हेर्ने गर्दछ । उ बेहोस हुने गर्दछ । पीडाले ग्रस्त हुन्छ । मुख सुक्दछ । कुनै पनि काममा मन लाग्दैन । बेहोस हुने र मानसिकरूपमा थकित देखिने यस्ता रोगीको सास तान्दा फाल्ने कार्य र फालेपछि तान्ने कार्य रोकिने गर्दछ । यस्तो अवस्थामा रोगीको मृत्यु हुने गर्दछ । यी उर्ध्वश्वास नामक दमका रोगीमा देखिने लक्षणहरू हुन् ।

(ग) भावप्रकाश संहिता :

ऊर्ध्वं श्वसिति योऽत्यर्थं न च प्रत्याहरत्यधः । श्लेष्मावृतमुखस्रोतः क्रुद्धगन्धवहार्दितः ॥
ऊर्ध्वदृष्टिर्विपश्यंस्तु विभ्रान्ताक्ष इतस्ततः । प्रमुह्यन्वेदनाऽऽर्त्तश्च शुष्कास्योऽरतिपीडितः ॥
ऊर्ध्वं श्वासे प्रकुपिते ह्यधः श्वासो निरुद्ध्यते । मुह्यतस्तान्यतश्चोर्ध्वं श्वासस्तस्य निहन्त्यसून् ॥

जुन् मानिसलाई ऊर्ध्वश्वास उत्पन्न हुन्छ, त्यो मानिसले अति लामो सास बाहिर फाल्दछ, उसको सास कहिल्यै तलतिर जाँदैन । मुख र शरीरभरीका प्वाल कफले घेरिने हुनाले वायु उत्तेजित र विकृत भई कडाखालको पीडा गराउँदछ । उसको दृष्टि माथितिर मात्र हुन्छ । आँखा घुमाएर विकृतरूपले चारैतिर हेर्ने गर्दछ । बेहोस हुने गर्दछ । पीडाले पीडित हुन्छ । मुख सुक्दछ । अति धेरै बेचैनी हुन्छ । उर्ध्वश्वास उत्तेजित र दूषित भएपछि अधश्वास सरल किसिमले चल्दैन । यस्तो ऊर्ध्वश्वासले मोह र

ग्लनीमा परेको यस्तो मानिसको जीवन नष्ट हुन्छ । सबै खालका दमरोगमा यो ऊर्ध्वश्वासनामक दमरोगमा सासको बाहिर निस्कने गति अति उच्च हुन्छ । यही नै यो रोग विशेषता हो ।

(घ) माधव निदान :

ऊर्ध्वं श्वसिति यो दीर्घं न च प्रत्याहरत्यधः । श्लेष्मावृतमुखस्रोताः क्रुद्धगन्धवहार्दितः ॥
ऊर्ध्वदृष्टिर्विपश्यंस्तु विभ्रान्ताक्ष इतस्ततः । प्रमुह्यन् वेदनार्तश्च शुक्लास्योऽरतिपीडितः ॥
ऊर्ध्वश्वासे प्रकुपिते ह्यधःश्वासो निरुध्यते । मुह्यतस्ताम्यतश्चोर्ध्वं श्वासस्तस्यैव हन्त्यसून् ॥

जुन् दमको रोगमा रोगी लामो तरिकाले सास बाहिर फाल्ने र त्यसरी सास भित्र तान्न सक्दैन, जसको मुख र प्राणवायु वहने भाग कफले अवरुद्ध हुन्छ, वायुका विकारले पीडित हुन्छ, जो माथितिर बढी हेर्न खोज्दछ, जो अनेक विकृति मात्र देख्दछ, जसका आँखा यताउता घुमिरहन्छन्, जो पटकपटक बेहोस हुने गर्दछ, जो दुखले पीडित हुन्छ, जसको मुख सेतो देखिन्छ, जसलाई अति नै छटपटी भइरहन्छ त्यस्तो बाहिर फाल्दा सजिलै सास फाल्ने तर तान्न नसक्ने खालको रोगीलाई ऊर्ध्वश्वासको दमको रोगी भनिन्छ । यसले गर्दा रोगी पटकपटक बेहोस भई ज्यान समेत जाने गर्दछ ।

(ङ) वङ्गसेन आयुर्वेद :

ऊर्ध्वंश्वसिति यो दीर्घं न च प्रत्याहरत्यधः । श्लेष्मावृत्तमुखस्रोताः क्रुद्धगन्धवहार्दितः ॥

उर्ध्वदृष्टिर्विपश्यंश्च विभ्रान्ताक्ष इतस्ततः । प्रमुह्यन्वेदनार्त्तश्च शुष्कास्योरतिपीडितः ॥
ऊर्ध्वश्वासे प्रकुपिते चाधःश्वासो निरुध्यते । मुह्यतस्ताम्यतश्चोर्ध्वं श्वासस्तस्यैव हन्त्यसून् ॥

जुन मानिसले सास बाहिर फेर्दा लामो गरेर फेर्दछ तर सोही अनुसारले शरीर भित्रको उत्तेजित र दूषित वायुले गर्दा भित्र तान्न भने सक्दैन, मुख कफले भरिने गर्दछ, शरीरका सबै स्रोत कफले गर्दा रोकिन्छन्, भ्रमपूर्ण आँखाले माथि चारैतिर हेर्ने गर्दछ, मोह र दुःखले पीडित हुन्छ, मुख सुक्दछ, बेचैन हुन्छ, बाहिर निस्कने सास दूषित हुनाले भित्र जानुपर्ने सास रोकिन्छ तथा मानिस मोहित र उदास भएर प्राण त्याग गर्दछ । यस्तो दमको रोगलाई “ऊर्ध्वश्वास” भनिन्छ ।

(च) सुश्रुत संहिता :

मर्मस्वायम्यमानेषु श्वसन्मूढो मुहुश्च यः । ऊर्ध्वप्रेक्षी हतरवस्तमूर्ध्वश्वासमादिशेत् ॥

मानिसले छाती, मूत्राशय र टाउको जस्ता मर्मस्थल तानिएर बेहोस जस्तो भई सास फेर्नुपर्ने र माथितिर हेरिरहने खालको दमको रोगलाई ऊर्ध्वश्वास भनिन्छ ।

छिन्नश्वास
(Cheyne-stockes respiration)

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय, गरुड महापुराण :

छिन्नाच्छ्वसिति विच्छिन्नं मर्मच्छेदरुजार्दितः॥ सस्वेदमूर्च्छः सानाहो वस्तिदाहनिरोधवान्।
अधोदृग्विप्लुताक्षश्च मुह्यन् रक्तैकलोचनः॥ शुष्कास्यः प्रलपन् दीनो नष्टच्छायो विचेतनः।

केही समय सामान्य किसिमले सास लिने, केही समय पछि स्वाँ स्वाँ हुने : यस्तो पटकपटक हुने, मुटु आदि मर्मस्थल अति दुख्ने, रोगी डराउने, पसिना आउने, बेहोस हुने, पेट फुल्ने, मूत्राशय दुख्ने, पिसाब रोकिने, नजर झुक्ने, आँखाबाट पानी बहने, पटकपटक चेतनाशून्य हुने, एउटा आँखो रातो हुने, मुख सुक्ने, बरबराउने, शरीरको चमक नाश हुने र अन्तमा चेतना हराउने र मृत्यु हुने खालको दमको रोगलाई छिन्नश्वास भनिन्छ।

(ख) चरक संहिता :

यस्तु श्वसिति विच्छिन्नं सर्वप्राणेन पीडितः। न वा श्वसिति दुःखार्तो मर्मच्छेदरुगर्दितः॥
आनाहस्वेदमूर्च्छार्तो बस्तिवाहनिरोधवान्। विप्लुताक्षः परिक्षीणः श्वसन् रक्तैकलोचनः॥
विचेताः परिशुष्कास्यो विवर्णः प्रलपन्नरः। छिन्नश्वासेन विच्छिन्नः स शीघ्रं प्रजहात्यसून्॥

छिन्नश्वास नामक दमको रोग लागेको रोगीले आफ्नो भएजति बल लगाएर पनि रोकिई रोकिई सास फेर्ने गर्दछ। सा नै फेर्न नसक्ने पनि हुन सक्दछ। उ अत्यन्त दुःखी हुन्छ। उसका मर्मस्थल (कोखो आदि)काटे जसरी दुख्दछ। साथै पेट फुल्ने, पसिना आउने, बेहोस हुने, मूत्राशय दुख्ने, पिसाब रोकिने, आँखामा आँशु टिलपिल भइरहने, होस हराउने, मुख सुक्ने, शरीरको वर्ण विकृत हुने र बरबराउने जस्ता लक्षणहरू पनि देखिन्छन्। छिन्नश्वासले छिन्नभिन्न भएको रोगी धेरै बाँच्दैन।

(ग) भावप्रकाश संहिता, माधव निदान :

यस्तु श्वसिति विच्छिन्नं सर्वप्राणेन पीडितः। न वा श्वसिति दुःखार्तो मर्मच्छेदरुगर्दितः॥
आनाहस्वेदमूर्च्छार्तो दह्यमानेन बस्तिना। विप्लुताक्षः परिक्षीणः श्वसन् रक्तैकलोचनः॥
विचेताः परिशुष्कास्यो विवर्णः प्रलपन्नरः। छिन्नश्वासेन विच्छिन्नः स शीघ्रं विजहात्यसून्॥

जुन् रोगीले आफ्नो भएजति बल लगाउँदा पनि रोकिई रोकिई सास फेर्ने गर्दछ, छाती आदि दुःखेर दुःखी भई राम्ररी सास फेर्न सक्दैन, पेट फुल्दछ, पसिना आउँदछ, बेहोस हुन खोज्दछ, मूत्राशय रहेको भागमा डाह हुन्छ, आँखा आँशुले भरिइ रहने गर्दछ, दुब्लाउँदै जान्छ, एउटा आँखो रातो हुन्छ, मन बेचैन हुन्छ, मुख सुक्ने गर्दछ, शरीरको वर्ण उडेको देखिन्छ र बरबराउने गर्दछ भने त्यो रोगलाई

छिन्नश्वास भनिन्छ । यस्तो रोगी पनि धेरै दिन बाँच्दैनन् ।

(घ) वङ्गसेन आयुर्वेद :

यस्तु श्वसिति विच्छिन्नं सर्वप्राणैर्निपीडितः । न वा श्वासति दुःखार्त्तो मर्म्मच्छेदरुगर्दितः ॥
आनाहस्वेदमूर्च्छार्त्तो दह्यमानेन वस्तिना । विप्लुताक्षः परिक्षीणः श्वसन्नरक्तैकलोचनः ॥
विचेताः परिशुष्कास्यो विवर्णः प्रलपन्नरः । छिन्नश्वासेन विच्छिन्नः स शीघ्रं विजहात्यसून् ॥

जो मानिस भएभरको बल लगाएर रोकिई रोकिई सास फेर्दछ, छाती आदि मर्मस्थलमा छेडेजस्तो दुख्दछ, अति दुखेका कारण तथा सास फेर्न पनि कठिन भएका कारण पेट फुल्दछ, पसिना आउँदछ, बेहोस हुने गर्दछ, बेचैन हुन्छ, मूत्राशयमा पोल्दछ, आँखा पानीमा डुबेका जस्ता रसिला भइरहने गर्दछन्, दुब्लाउँदछ, पटकपटक सास लिने गर्दछ, एउटा आँखा रातो हुन्छ, होस हराउँदछ, मुख सुक्दछ, शरीरको वर्ण बिग्रन्छ र बरबराउने गर्दछ भने यस्तो दमको रोगलाई "छिन्नश्वास" भनिन्छ । यस्तो रोगी धेरै दिन बाँच्दैन ।

(ङ) सुश्रुत संहिता :

आध्मातो दह्यमानेन बस्तिना सरुजं नरः । सर्वप्राणेन विच्छिन्नं श्वस्याच्छिन्नं तमादिशेत् ॥

पेट फुल्ने, मूत्राशयमा दुख्ने र केहीसमय पूरै रोकिएर सास फेर्ने खालको मानिसको दमरोगलाई छिन्नश्वास भनिन्छ ।

महाश्वास
(Biots breathing)

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय, गरुडमहापुराण :

महता महता दीनो नादेन श्वसिति क्रथन्॥
उद्धूयमानः संरब्धो मत्तर्षभ इवानिशम्। प्रणष्टज्ञानविज्ञानो विभ्रान्तनयनाननः॥
वक्षः समाक्षिपन् बद्धमूत्रवर्चा विशीर्णवाक्। शुष्ककण्ठो मुहुर्मुह्यन् कर्णशङ्खशिरोऽतिरुक्॥

रोगी दुःखी हुनु, सास फेर्दा धेरै आवाज आउनु, घाँटी घरघर गरेर बज्नु, शरीर काम्नु, रोगी रिसाइरहेको जस्तो देखिनु, मदले उन्मत्त साँढेले जसरी लगातार लामो लामो सास लिनु, इन्द्रियले र दिमागले ज्ञान लिन छाड्नु, आँखा घुम्नु, मुख खुलै रहनु, सास लिँदा छाती फुल्नु, दिसापिसाब रोकिनु, बोली रोकिनु, घाँटी सुक्नु, बेलाबेलामा अचेत हुनु तथा कान, कञ्चट र टाउको कडासँग दुख्नु : यी महाश्वासका लक्षणहरू हुन्।

(ख) चरक संहिता :

उद्धूयमानवातो यः शब्दवद् दुःखितो नरः। उच्चैः श्वसिति संरुद्धो मत्तर्षभ इवानिशम्॥
प्रनष्टज्ञानविज्ञानस्तथा विभ्रान्तलोचनः। विकृताक्षाननो बद्धमूत्रवर्चा विशीर्णवाक्॥
दीनः प्रश्वसितं चास्य दूराद्विज्ञायते भृशम्। महाश्वासोपसृष्टः स क्षिप्रमेव विपद्यते॥

महाश्वास नामक दमको रोगले पीडित हुने मानिस वायुको बलियो माथितिर जाने गतिले गर्दा रातदिन उन्मत्त साँढेले जसरी शब्द निकाल्ने उच्च स्वर निकालेर लामो सास फेर्ने गर्दछ। यस्तो रोगमा चेतना र विचार नष्ट हुन पुग्दछ। आँखा थकित र हडबडाएका कारण चञ्चल देखिन्छन्। रोगी यताउता हेर्ने गर्दछ। मुख र आँखा खुल्ला र लाटो जस्तो हुन्छ। दिसा रोकिन्छ। पिसाब पनि कम आउँदछ। रोगी राम्रैरी बोल्न सक्दैन। मन दुखित भइरहन्छ। उसले फेरेको सासको आवाज परैबाट सुनिन्छ। यस्तो रोगी धेरै बाँच्दैन।

(ग) भावप्रकाश संहिता, माधव निदान, वङ्गसेन आयुर्वेद :

उद्धूयमानवतो यः शब्दवद्दुःखितो नरः। उच्चैः श्वसिति संरुद्धो (सन्नद्धो) मत्तर्षभ इवानिशम्॥
प्रनष्टज्ञानविज्ञानस्तथा विभ्रान्तलोचनः। विवृताक्ष्याननो बद्धमूत्रवर्चा विशीर्णवाक्॥
दीनः प्रश्वसितं चास्य दूराद्विज्ञायते भृशम्। महाश्वासोपसृष्टस्तु क्षिप्रमेव विपद्यते॥

जुन रोगीले रिसाएजसरी वा थाके जसरी वा साँढेले जसरी फुँ फुँ गर्दै शब्द निकाले कष्टपूर्ण तरिकाले सास लिने गर्दछ तथा जसको ज्ञान र विज्ञान हराउँदै गइरहेको हुन्छ, आँखा चञ्चल हुने गर्दछन्, मुख

र आँखा फैलिने गर्दछ, दिसापिसाब रोकिने गर्दछ, टुटेफुटेका शब्द बल्लतल्ल निकाल्दछ, हेर्दा दयालाग्दो वा दुःखी देखिन्छ (पहिले नै अरु रोगले गाँजेका कारण), मन प्रसन्न हुँदैन, सास फेरेको परैबाट सुनिन्छ भने उसको त्यस्तो श्वासरोगलाई महाश्वास भनिन्छ । यस्तो रोगी धेरै बाँच्दैन ।

(घ) सुश्रुत संहिता :

निःसंज्ञः पार्श्वशूलार्तः शुष्ककण्ठोऽतिघोषवान् ।
संरब्धनेत्रस्त्वायम्य यः श्वस्यात् स महान् स्मृतः ॥

चेतना नहुने, कोखा दुख्ने, घाँटी सुक्ने, ठूलो स्वरले खोकी लाग्ने, आँखा सुन्निने र निहुरेर सास फेर्ने खालको दमरोगलाई महाश्वास भनिन्छ ।

(ङ) हंसराज निदान :

संज्ञां नाशयते रुणद्धि सततं स्रोतांसि विष्टम्भनं
वाग्बन्धं कुरुते गले कफचयं मर्माणि सन्तोदते ।
औद्धत्यं नयनं तृषां च हृदये दाहं मुखे शोषणं
नाडीस्त्रोटयते भ्रमं वितनुते श्वासो महान् प्राणहा ॥

ज्यान दिने महाश्वासमा इन्द्रियले ज्ञान नलिने, नसाका बाटो छेकिने, दिसा रोकिने, बोली बन्द हुने, घाँटीमा कफ थुप्रने, मर्मस्थल दुख्ने, आँखा खुलै रहन थाल्ने, तिर्खा लाग्ने, छाती दुख्ने, मुख सुक्ने, नसा छिन्ने वा भुलुभुलुक गर्ने र भ्रम वा रिँगटा लाग्ने लक्षणहरू देखिन्छन् ।

दमरोगका कफ आदिको प्रभाव

(क) गरुडपुराण :

कासवृद्धया भवेच्छ्वासः पूर्वैर्वा दोषकोपनैः ॥

कफजन्यरोग बिग्रेपछि त्यसैले गर्दा शरीरमा श्वासरोग उत्पन्न हुन्छ अथवा शुरुमा त्रिदोष बिग्रेपछि यो रोग उत्पन्न हुन्छ ।

(ख) माधव निदान :

(वाताधिको भवेत् क्षुद्रस्तमकस्तु कफोद्भवः । कफवाताधिकश्चैव संसृष्टश्छिन्नसञ्ज्ञकः ॥
श्वासो मारुतसंसृष्टो महानूर्ध्वस्तथा(तो) मतः ॥)

क्षुद्रश्वासको रोगमा वायुको प्रमुख भूमिका हुन्छ । तमकश्वासमा कफको प्रमुख भूमिका हुन्छ । छिन्नश्वासमा कफ र वायुको प्रभाव बढी हुन्छ । महाश्वास र ऊर्ध्वश्वासमा वायुकै प्रमुख प्रभाव हुन्छ । (यसका साथै अन्य दोष पनि मिलेका हुन्छन्) ।

ठिक हुने र नहुने दमका रोग

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय, गरुड महापुराण :

एते सिध्येयुरव्यक्ता व्यक्ताः प्राणहरा ध्रुवम् ।

यी तीन थरी श्वास (तमक, महाश्वास र ऊर्ध्वश्वस) रोगमा सबै लक्षण बाहिर नदेखिँदासम्मको अवस्था भए उचित उपचारले यी रोग शान्त हुन सक्दछन् । रोगीलाई बचाउन सकिन्छ । तर सबै लक्षण देखिएपछि बचाउन सकिँदैन ।

(ख) चरक संहिता :

इति श्वासाः समुद्दिष्टा हिक्काश्चैव स्वलक्षणैः । एषां प्राणहरा वर्ज्या घोरास्ते ह्याशुकारिणः ॥

यसरी श्वास र हिक्काका बारेमा लक्षणसहित वर्णन गरियो । यी मध्ये प्राणनाशक श्वासरोग र बाडुली रोगको उपचार नगर्दा हुन्छ । यी निको हुँदैनन् र चाँडै बढ्दै जान्छन् ।

भेषजैः साध्ययाप्यांस्तु क्षिप्रं भिषगुपाचरेत् । उपेक्षिता दहेयुर्हि शुष्कं कक्षमिवानलः ॥

वैद्यले निको हुने र शान्त पार्न सकिने श्वास र बाडुलीलाई चाँडो उपचार गर्नू । यदि यी रोगलाई उपेक्षा गरियो भने सुकेका घाँसपातको समूहलाई आगोले जलाएजसरी मानिसलाई जलाउँदछ ।

(ख) चरक संहिता, भावप्रकाश संहिता, माधव निदान, वङ्गसेन आयुर्वेद :

स साध्य उक्तो बलिनः सर्वे चाव्यक्तलक्षणाः ॥

त्यो श्रुद्रश्वास रोग सजिलै निको हुन्छ । अन्य श्वासरोग पनि बलिया मानिसमा लक्षण स्पष्ट नदेखिँदासम्म सजिलै निको हुन्छ ।

(ग) भावप्रकाश संहिता, माधव निदान, वङ्गसेन आयुर्वेद, सुश्रुत संहिता :

क्षुद्रः साध्यो मतस्तेषां तमकः कृच्छ्र उच्यते । त्रयः श्वासा न सिध्यन्ति तमको दुर्बलस्य च ॥

क्षुद्रश्वास सजिलै निको हुन्छ । तमकश्वास मुस्किलले ठिक हुन्छ । बाँकी तीन श्वासरोग ठिक हुँदैन । कमजोर व्यक्तिलाई हुने तमकश्वास पनि ठिक हुँदैन ।

कामं प्राणहरा रोगा बहवो न तु ते तथा । यथा श्वासश्च हिक्का च हरतः प्राणमाशु च॥

हुन त ज्यान लिने खालका रोगहरू धेरै नै छने तर यी बाडुलीरोग र दमले जसरी तिनले चाँडै ज्यान लिने काम गर्दैनन् ।

उपचारको महत्व

(क) सुश्रुत संहिता :

यथाऽग्निरिद्धः पवनानुविद्धो वज्रं यथा वा सुरराजमुक्तम् ।
रोगास्तथैते खलु दुर्निवाराः श्वासश्च कासश्च विलम्बिका च ॥

जसरी वायुले बढाएको पेट भित्रको अग्नि वा इन्द्रका हातबाट छुटेको वज्रलाई रोक्न अति कठिन हुन्छ त्यसरी नै बेलैमा उपचार नगरिएका खोकी, दम र कब्जियत रोगलाई पनि रोक्न कठिन हुन्छ ।

दमको रोगमा हितकर पदार्थ

(क) अग्निपुराण :

मातुलङ्गरसक्षौद्रद्राक्षाव्योषादिसंस्कृतैः । यवगोधूमशाल्यन्नैर्भोजयेच्छ्वासकासिनम् ॥
दशमूलवलारास्नाकुलत्थैरुपसाधिताः । पेयाः पूपरसाः क्काथाः श्वासहिक्कानिवारणा ॥
शुष्कमूलककौलत्थमूलजाङ्गलजै रसैः । यवगोधूमशाल्यन्नं जीर्णं सोशीरमाचरेत् ॥

बिमिरोको रस, ठुलो बिही, दाख र त्रिकटु मिसाइएका जौ, गहुँ र शालि चामलका परिकार दम र खोकीका रोगीलाई खुवाउनू । दशमूल, बलु, फ्याक्सेकन्द र गहत हालेर बनाइएका तथा पूप (पुवा ?) रसको काँढा दम र बाडुलीमा फाइदाजनक हुन्छ । सुकेको मूला, गहत, दशमूल, जङ्गली पदार्थको रस, पुरानो जौ-गहुँ र शालिधान खस (उशीर) सँग मिसाएर खानू । यसले पनि दम र खोकीमा लाभ गर्दछ ।

(ख) अर्कप्रकाश :

वंशलोचन, राजवृक्ष, चाभो, पुष्करमूल, काफल, चिण्डे, गुर्जो, चाल्नेसिस्नु, जिरीको साग, अँडिरविशेष, रातीगेडी, भेडासिङ्गी, सेतो गुम्पाती र पर्णमृगको मासुको अर्क तथा राजवारुणीमा दम नाशगर्ने गुण हुन्छ ।

(ग) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

शालिषष्टिकगोधूमयवमुद्गकुलत्थभुक् । कासहृद्ग्रहपार्श्वार्तिहिध्माश्वासप्रशान्तये ॥

खोकी, हृद्ग्रह, कोखाको शूल, बाडुली रोग र दम रोग शान्त पार्न मार्सीधानको चामल, सठिया धानको चामल, गहुँ, जौ, मुगी र गहत खाने गर्नू ।

अन्ने च योजयेत् क्षारं हिङ्गुवाज्यविडदाडिमान् ।
सपौष्करशठीव्योषमातुलुङ्गाम्लवेतसान् ॥

आहारमा जवाखार, हिङ, घिउ, बिरेनुन, अनारदाना, पुष्करमूल, कचूर, त्रिकटु, कागती र अम्लवेतको प्रयोग गर्ने गर्नू ।

यत्किञ्चित्कफवातघ्नमुष्णं वातानुलोमनम् ।
तत्सेव्यं प्रायशो यच्च सुतरां मारुतापहम् ॥

दम र बाडुलीमा ती ती आहारविहार र ओखती हितकर हुन्छन् जुन् जुन् कुराले कफवात नाश गर्दछ, तातो वा उष्णवीर्यको हुन्छ र वायुलाई सही बाटोमा हिँडाई वायुविकार नाश गर्दछ ।

(घ) आयुर्वेद महोदधि :

हर्रो, दिनहुँ बिहान खालि पेटमा पानी पिउने, उमालेर चार भागको एक भाग बाँकी रहेको पानी, चिसो पानी, कपुर आदिका दाउराले तताइएको शुभ जल, गाईको दूध, बाख्रीको दूध, भेडीको दूध (वातजन्य दमको रोग), घोडी आदि एकखुरे जनावरको दूध, बाख्रीको दही, साना जातका बाख्राको दही, भर्खर निकालिएको भैंसीको नौनी, बाख्रीको घिउ, पुरानो घिउ, मह, मदिरा, वारुणी, काँजी, बाख्रीको मूत्र, वनगहत, रहर, गहत, अंगूर, बिमिरोको केस्रा, पाकेको कैथ, खजूर, चठेल, ओल, मूला, हरिणको मासु, मझौला पुच्छर हुने घरतिर पालिने खरायो आदि जनावरको मासु, बनेलको मासु र तातो भातमा दमरोग नाशगर्ने गुण हुन्छ ।

मरिच, ज्वानु, सुठो, चाँभो, चितु, पिप्ला, पिप्लाको जरा, धनिया, जीरा, सिधेनुन, सौचर नुन, दारिम, हर्रो, अमला र सेतो जीराको धुलो बराबर मिसाई तक्रमा बाक्लो हुनेगरी पकाएर कढी खानु दमरोगमा हीत गर्दछ ।

(ङ) चरक संहिता :

सदधिव्योषसर्पिष्को यूषो वार्ताकजो हितः । शालिषष्टिकगोधूमयवान्नान्यनवानि च ॥

दही, त्रिकटुको धूलो र घिउ हालेर पकाइएको भन्टाको रस बाडुलीरोग र दमरोग लागेका रोगीका लागि हितकर हुन्छ । यस्ता रोगीलाई पुरानो मार्सी धानको, सठिया धानको तथा गहुँ र जौ पनि हितकर हुन्छ ।

यत्किञ्चित्कफवातघ्नमुष्णं वातानुलोमनम् । भेषजं पानमन्न वा तद्धितं श्वासहिक्किने ॥

कफविकार र वातविकार नाश गर्ने तथा ताता र वायुलाई आफ्नो बाटोमा हिँड्न मद्दत गर्ने कुनैपनि ओखती, पेयपदार्थ र अन्न : दम र बाडुली रोग लागेका रोगीलाई हितकर हुन्छ ।

(च) चिकित्सा चन्द्रोदय :

दमका रोगीले गर्मी महिनामा पिउन र नुहाउन चिसो र जाडो महिनामा तातोपानीको प्रयोग गर्नू । दमले च्यापेको कम भएपछि एकदुई दिनसम्म भुटेको गहुँको पिठो, पातलको मुगीको पिठोको दाल र सावुदाना खान दिनू । हरेक दिन चाँडै पच्ने खालका सामान्य खानपिन गर्नू । खाएको छ घण्टा बितेपछि मात्र फेरी खानू । नत्र दम बढ्दछ । बेलुका अति हलुका पदार्थ खानू । गहुँ, मुगी, जौ, गाईको दूध, अंगूर, केरा, सुन्तला, अनार, मदीसे बदाम, दाख, किसमिस, परबर, भन्टा, घिरौंलो, करेलो, बेथेको साग, पालुङ्गो आदि कुरा दमका रोगीलाई हितकर हुन्छ । यस बाहेकका कफ सुकाउने र नबढाउने खालका खानपिन गर्नू ।

कतिपय मूर्ख वैद्यजन दम वात र कफले मात्र हुन्छ भनी तातो रसले आराम हुन्छ भन्दै ताता रस खुवाउने गर्दछन् । ताता ओखती र भोजनले कफ सुकेर जम्दछ । यसले गर्दा रोगीलाई दमले अझ च्याप्न थाल्दछ । यसैले जमेको कफ ननिकाली तातो उपचार गर्नु रोगीलाई मार्नु सरह हो ।

प्रतमक दम गर्मीले त तमक दम जाडोले हुन्छ ।

(छ) धन्वन्तरि निघण्टु :

गहत, कपुरहलेदो, पुष्करमूल, चिन्डे, नेपाले उशीर, कर्कटश्रृङ्गी, भेडासिङ्गी, पृश्निपर्णी, बिहीँ, कण्टकारी, दुधेकल्छेलहरो, तीते लौका, वनघिरौंलो, गोलकाँक्री, ऐरेलुविशेष, सुहागा, सुकुमेल, सुनपाती, वंशलोचन, पलाशगन्ध, अदुवा र सुठो, पाकेको कैथ, पत्थरकुङ्कुम, रसाञ्जन, बाबरीविशेष, जलपिप्ला, लज्जावती झार, ओल, ज्यामिर, बिमिरो, मुनक्का, शिरीष, पन्नाभस्म, जौ, गहत, बाख्रीको घिउ, पुरानो घिउ, घोडीको दूध, गधाको दूध, बाख्रीको दही, मह, सुरा, तातोपानी, वानरको मासु, बाख्रीको मूत्र र भेडीको मूत्रमा दमरोग नाशगर्ने गुण हुन्छ ।

(ज) भावप्रकाश निघण्टु :

हर्रो, सुठो, मरिच, गाइतिहारे, तेजस्विनी (टिमुर), पुष्करमूल, कर्कटश्रृङ्गी, काफल, चिण्डे, बाकुची, ताप्रे, लसुन, जवाखार, जाइफल, जाइपत्री, ल्वाङ, अलैंची, सुकुमेल, कचूर, कपुरहलेदो, भेडकुरो, सुनपाती, गुर्जो, पाडरी, साकिनु, चाल्नेसिस्नु, बिहीँ, कण्टकारी, ओदानेकाँडो, अँडिर, सेतो आँक, असुरो, बकाइनु, रातीगेडी, सेतीगेडी, गानेगुर्जो, ऐरेलु, रातो साकिनु, अनन्तमूल, भृङ्गीराज, भेडासिङ्गी, हुर्हुरे, स्थलकमल, शमी, छतिवन, महुवाको फल, अङ्गूर, खजुर, बिमिरो, मधुबिमिरो, पदमचाल्नु, ताम्रभस्म, रँगभस्म, जस्ताभस्म, सारलोहभस्म, सिलाजित, मैनसिल, रातोमार्सी, जौ, मास, गहत, पालुङ्गो, ठूलो नुनढिकी, सुनिषण्णक, ताप्रे, पाटेघिरौंलो, सैजनको फल, चठेल, सानो जातको मूला, पर्णमृगको मासु, चित्तलको मासु, मुण्डीमृगको मासु, खरायोको मासु, दुम्सीको मासु, कालो तित्रोको मासु, बाख्रीको दही, पकाएको तक्र, बाख्राको घिउ, गहुँत, मह र माक्षिक महमा दमरोग नाशगर्ने गुण हुन्छ ।

(झ) भैषज्य रत्नावली :

विरेचनं स्वेदनधूमपानं प्रच्छर्द्दनादि स्वपनं दिवा च ।
पुरातनाः षष्टिकरक्तशालिकुलत्थगोधूमयवाः प्रशस्ताः ॥
शशाहिभुक्तित्तिरिलावदक्षशुकादयो धन्वमृगद्विजाश्च ।
पुरातनं सर्पिरजाप्रसूतं पयो घृतं चापि सुरा मधूनि ॥
निदिग्धिका वास्तुकतण्डुलीयं जीवन्तिका मूलकपोतिकं च ।
पटोलवार्त्ताकुरसोनपथ्या जम्बीरबिम्बीफलमातुलुङ्गम् ॥
द्राक्षा त्रुटिः पौष्करमुष्णवारि कटुत्रय गोजनितं च मूत्रम् ।
अन्नानि पानानि च भेषजानि कफानिलघ्नानि च यानियानि ॥
वक्षः प्रदेशापि पादयुग्मे करस्थयोर्मध्यमयोर्द्वयोश्च ।
प्रदीप्तलौहेन च कण्ठकूपे दाहोऽपि च श्वासिनि पथ्यवर्गः ॥

दिसा लगाउनु, पसिना निकाल्नु, धूमपान, बान्ता गर्नु, दिउस सुत्नु, पुरानो सठिया चामल वा रातामार्सी चामल खानु, गहत, गहुँ र जौ; खरायो, मयुर, तित्रो, लाभेचरो, कुदखुरो, सुँगा र मरुभूमी तिर पाइने जीवजन्तुको मासु; पुरानो घिउ, बाख्रीको दूध बाख्रीको घिउ, मदिरा, मह, कण्टकारी, बेथेको साग, लुँडेको साग, जिरीको साग, कलिलो मूला, लेकपाङ्गो, परबर, भन्टा, लसुन, हर्रो, ज्यामिर, गोलकाँक्री,

बिमिरो, दाख, सुकुमेल, पुष्करमूल, तातोपानी, सुठो, मरिच, पिप्ला, गहुँत र कफ-वात नाश गर्ने पदार्थ; छाती, दुवै गोडा, दुवै हातका माझिऔंलाको फेद र घाँटीमा फलाम तताएर डाम्ने कार्य : यी दमरोगमा हितकर हुन्छन् ।

(ञ) मदनपाल निघण्टु :

हर्रो, असुरो, पाडरी, बृहत्पञ्चमूल, ओदानेकाँडो, साकिनु, चाल्नेसिस्नु, सेतो कण्टकारी, दशमूल, अँडिर, अनन्तमूल, कटुकी, चिराइतो, फ्याक्सेकन्द, तेजवती (टिमुर), पुष्करमूल, कर्कटश्रृङ्गी, रोहिष झार, काफल, चिण्डे, गानेगुर्जो, ताप्रे, बकुची, चरपोटा, सुठो, अदुवा, मरिच, पिप्ला, त्रिकटु, गजपिप्ला, धनियाँ, वंशलोचन, जवाखार, ल्वाङ, सुकुमेल, सुनपाती, कचुर, ताम्रभस्म, राङभस्म, जस्ताभस्म, मैनसिल, सिलाजित, शमी, पाकेको अङ्गुर, महुवाको फूल, बिमिरोको रस, पालुङ्गो, नुनढिकी, मूला, लसुन, दूध, बाख्रीको दही, घिउ, बाख्रीको मूत्र, मह, मास, गहत, मूला, अङ्गारकर्कटी नामको परिकार, मासुको रस, मुडुली मृगको मासु, चित्तलको मासु, खरायोको मासु, दुम्सीको मासु, बिरालोको मासु, वानरको मासु र तित्रोको मासुमा दमरोग नाशगर्ने गुण हुन्छ ।
जो मानिस हरेक दिन बिहान अरुणोदय हुँदा आठ प्रसृति (एक प्रसृतिमा छयान्नब्बे मि.लि.हुन्छ, ७६८ मि.लि.) पानी पिउने गर्दछ त्यो मानिसलाई उमेर नपुग्दै छाला चाउरी पर्न, कपाल फुल्ने, स्वर बिग्रने, पिनास हुने, दम आउने र शरीर सुन्निने समस्या हुँदैन (भए नाश हुन्छ) ।

(ट) रसरत्नाकर :

**हिक्काश्वासी भजेत्सर्वं पानार्थं कफवातनुत् । दशमूल्याकुलत्थैर्वा सिद्धं जाङ्गलजैरसैः ॥
भुञ्जीत शालि गोधूम यवान्नं जीर्णमेव च ।**

बाडुलीरोग वा दमरोग हुने मनिसले पिउने कुरामा कफ-वात नाशगर्ने ओखती मिसाएर पिउने गर्नू । दशमूल, गहत र जाङ्गल जीवजन्तुको मासुको रस पिउनू । पुरानो मार्सी चामल, गहुँ र जौ खानमा प्रयोग गर्नू ।

हिक्काश्वासी पिबेदुष्णं दशमूलीकृतं जलम् ॥ देवदारुश्रृतं वापि भार्ङ्गीश्रृतमथापि वा ।

बाडुली रोग र दमरोग हुनेले दशमूलको तात्तातो काँढापानी, देवदारको काँढापानी वा चिण्डेको काँढापानी पिउने गर्नू ।

(ठ) राजनिघण्टु :

डल्ले तितो लौका, सानो वनतोरियाँ, रुद्रजटा, नीलो अपराजिता, कालो ऐँसेलु, कट्वी, बिहीँ, कण्टकारी, असुरो, सुनिषण्णक, सानो दुरालभा, अश्वगन्धा, घिउकुमारी, रुदिलो, लजालु झार, नीलो पुनर्नवा, पिप्ला, श्रीलङ्काली पिप्ला, सुठो, चाँबो, कटुकी, चिण्डे, पुष्करमूल, कर्कटश्रृङ्गी, तवक्षीर, सुनपाती, सुहागाभस्म, सेतो सुहागाभस्म, कलिलो मूला, ओल, अम्लवल्ली, गोलकाँक्री, करीर, रातो अँडिर, कुशको जरा, काफल, भेडासिङ्गी, पाडरी, करुणी नामक फूल, ठूलो मौलसिरी, रातो कटसरैया, सुरपर्ण, जामुनु, फणिर, पिण्डखजुर, भलायो, मुनक्का, किसमिस, अङ्गुर, दूधेबर, बिमिरो, वनबिमिरो,

पाकेको कैथ, कालो जटामसी, पत्थरकुङ्कुम, धातुमाक्षिक, शङ्खभस्म, सिपीभस्म, मिश्री, ओलमिश्री, माक्षिक मह, गधाको दूध, उँटको दूध, बाख्रीको दही, दही, दहीको पानी, मोही, बाख्रीको घिउ, बाख्रीको मूत्र, ढोइको मूत्र, तिलवासिनी नामक मार्सी, कलाटक नामक मार्सी, चनाको रस, दुलोमा बस्ने जीवको मासु, गोहोरोको मासु र खरायोको मासुमा दमरोग नाशगर्ने गुण हुन्छ ।
आँप पाकेका छन् भने गुलिया, त्रिदोषनाशक तथा तिर्खारोग, डाह, थकाई, दम र अरुची नाशक हुन्छन् ।

(ड) राजवल्लभनिघण्टु :

अँडिरको तेल, तातोपानी, कपुरहलेदो, चिनिया धान, कोदो, गहत, बिमिरो, सर्सिउँको तेलमा भुटिएको तुषोदक, मह, माक्षिक मह, बाख्रीको दूध, बाख्रीको दही, सुकेको पिप्ला, जवाखार, कण्टकारी, जीवन्ती, झान्तका, चिण्डे, अदुवा, काफल, कूट, तुलसी र स्वर्णक्षीरीमा **दमरोग नाशगर्ने** गुण हुन्छ ।

जो मानिस रातको अर्थात् सूर्योदयभन्दा पहिले हरेक दिन पानी पिउने गर्दछ, उसका दोकी, **दम,** अतीसार, जरो, वाकवाकी, कम्मरका रोग, कोठ र अठार थरी कुष्ठ, मूत्राघात, पेटका रोग, श्वयथु, घाँटीका रोग, टाउकाका रोग, कानका रोग, नाकका रोग, आँखाका रोग, वातविकार जन्य रोग, पित्तविकारजन्य रोग, क्षयरोग र कफविकारजन्य रोग सबै नाश हुन्छन् ।

(ढ) शार्ङ्गधर संहिता :

श्लेष्मामवातमेदोघ्नं बस्तिशोधनदीपनम् । कासश्वासज्वरहरं पीतमुष्णोदकं निशि ॥

रातमा सुत्नुअघि तातो पानी पिउने गरे कफविकार, आमवात, बोसोविकार, खोकी, दम र जरो नाश गर्दछ । साथै यसले तल्लो पेट सफा गर्दै पाचनशक्ति समेत बढाउँदछ ।

(ण) सुश्रुत संहिता :

पुराणसर्पिः पिप्पल्यः कौलत्था जाङ्गला रसाः ॥
सुरा सौवीरकं हिङ्गु मातुलुङ्गरसो मधु । द्राक्षामलकबिल्वानि शस्तानि श्वासिहिक्किनाम् ॥

पुरानो घिउ, पिप्ला, गहतको झोल, जाङ्गल पशुपंक्षीको मासुको रस, सुरा, काँजी, हिङ, बिमिरोको रस, मह, दाख, अमला र बेल : यी दम र बाडुलीका रोग लागेका मानिका लागि हितकर हुन्छन् ।

दमको रोगमा अहितकर पदार्थ

(क) आयुर्वेद महोदधि :

चिसो भातले दम बढाउँदछ । दमको रोगमा (ओखती नमिसाई) पान खान हुँदैन ।

(ख) चरक संहिता :

हिक्काश्वासविकाराणां निदानं यत्प्रकीर्तितम् । वर्ज्यमारोग्यकामैस्तद्धिक्काश्वासविकारिभिः ॥

बाडुली र दम रोगका बारेमा निदान खण्डमा बताइएका निषेधित कुरालाई आरोग्य चाहने रोगी मानिसले त्याग गर्नू ।

(ग) चिकित्सा चन्द्रोदय :

बीहरी हावाबाट जोगिने गर्नू । तर हावा नचल्ने कोठामा नबस्नू । स्वच्छ हावा नचल्ने, दूषित स्थान र भीडभाडबाट दमका रोगीले जोगिनू । रोगीको शरीरले सहने भए बहिानबेलुकी खुल्ला हावा खुवाउनू । अति गर्मी र अति जाडोबाट जोगिनू ।
धेरै परिश्रम, मैथुन, व्यायाम, पचाउन कठिन हुने खाना, बासी अन्न, रातको खाना, मादक वा नसालु पदार्थ, डाह गर्ने कुरा, तिक्खर स्वादका पदार्थ, अचार, चिया, कफी, माछा, मासु र अजीर्णको अवस्थाबाट दमका रोगीले जोगिनू ।

(घ) धन्वन्तरि निघण्टु :

राम्ररी नजमेको दहीले दम निकाल्दछ ।

(ङ) भावप्रकाश निघण्टु :

नयाँ सखरले दम बढाउँदछ । दमको रोग भए चिसो पानी नपिउनू ।

(च) भैषज्य रत्नावली :

मूत्रोद्गारच्छर्दितृट्कासरोधो नस्यं बस्तिर्दन्तयाष्ठं श्रमश्च ।
पन्था भारो रेणवः सूर्यपादा विष्टम्भीनि ग्राम्यधर्मो विदाहि ॥
आनूपानामामिषं तैलभृष्टं निष्पावं च श्लेष्मकारीणि माषः ।
रक्तस्रावः पूर्ववातोऽनुपान मेषीसर्पिर्दुग्धमम्भोऽपि दुष्टम् ॥
मत्स्याः कन्दाः सर्षपाश्चान्नपान रूक्षं शीतं गुर्वपि श्वास्यमित्रम् ॥

पिसाब, डकार, बान्ता, तिर्खा र खोकीको वेग रोक्ने कार्य; नाकमा नस्य हाल्ने कार्य, वस्ति (एनिमा वा डुस) दिने कार्य, (बल गरेर) दाँत माझ्ने कार्य, (अत्यधिक) परिश्रमका कार्य, (अत्यधिक) पैदल हिँड्ने कार्य, भारी उचाल्ने कार्य, धूलो खाने कार्य, (अत्यधिक) घाम ताप्ने कार्य, कब्जियत गर्ने खालका खानपिन गर्ने कार्य, (अत्यधिक) मैथुन, शरीरलाई डाह गर्ने खालका आहारविहार, सीमसार क्षेत्रमा हुने जीवजन्तुको मासु खाने कार्य, तेलमा तारिएका पदार्थ; भटमास, सिमी वा बोडी खाने कार्य; कफ बढाउने खानपिन, मास, शरीरबाट रगत निकाल्ने कार्य, पूर्वतिरबाट चलेको हावा खाने कार्य, खाना खाएपछि वा कतै घुमेर आएपछि लगत्तै कुनै तरल पदार्थ पिउने कार्य, भेडीको दूध र घिउ खाने कार्य, दूषित पानी पिउने कार्य, माछा खानु, कुनैपनि किसिमका जमिन मुनि फल्ने कन्दमूल खानु, सर्सिउँको तेल खानु, रुखो खानपिन, चिसो खानपिन र ढिलो पच्ने खानपिन : यी दमरोगका मित्र हुन् ।

(छ) मदनपाल निघण्टु :

दममा चिसो पानी नपिउनू । तमकश्वास नामक दम हुँदा र शरीरको माथ्लो भागबाट रगत बहने रक्तपित्त हुँदा तातोपानी पिउन हुँदैन । दम लागेको अवस्थामा मानिसले भुलेर पनि चिसो पानी नपिउनू । (उमालेर सेलाएको पानी पिउनू) । दम हुँदा कसरत नगर्नू ।

(ज) राजनिघण्टु :

कलिला कलमी आँपले दम बढाउँदछ । छिप्पिएका यी आँपमा पनि कलिलोमा जस्तै दोष बढी हुन्छ ।

(झ) राजवल्लभ निघण्टु :

दम भएका मानिसले व्यायाम नगर्नू ।

(ञ) शार्ङ्गधर संहिता :

दमका रोगीको रगत ननिकाल्नू । निकाल्नै परेपनी जूकालाई टोकाएर रगत निकाल्नू ।

उपचार खण्ड
प्रारम्भिक उपचार

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

श्वासहिध्मा यतस्तत्तुल्यहेत्वाद्याः साधनं ततः ॥
तुल्यमेव तदार्तं च पूर्वं स्वेदैरुपाचरेत् । स्निग्धैर्लवणतैलाक्तं तैः खेषु ग्रथितः कफः ॥
सुलीनोऽपि विलीनोऽस्य कोष्ठं प्राप्तः सुनिर्हरः । स्रोतसां स्यान्मृदुत्वं च मरुतस्यानुलोमता ॥

दम र बाडुली रोगको हुने कारण अर्थात् बाहिरी कारण, उत्पत्तिस्थल तथा मूल अर्थात् दोष समान हुन्छन् । त्यसैले यी दुई रोगको उपचार पनि समान खालको हुन्छ । यी दुवै थरी रोगीको उपचार गर्ने क्रममा पहिले नुन मिसिएको तेल दलेर मालिस गरी स्निग्ध स्वेदन गर्नू अर्थात् शरीरबाट पसिना निकाल्नू । यो स्वेदनको प्रभावले शरीर भित्रको स्रोतमा गढेर वा जमेर बसेको वा अड्किएको कफ पनि विलीन भएर अथवा पग्लिएर पेटमा पुग्दछ र सुखसँग बाहिर निस्कन्छ अथवा निकाल्न सकिन्छ । यसपछि स्रोतहरू कोमल हुन्छन् र वायु आफ्नो बाटोमा हिँड्न थाल्दछ । (यसरी चिल्लो दली माड्ने र पसिना निकाल्ने कार्य विशेषतः कोख, ढाड र घाँटीमा गरिन्छ) ।

(ख) चक्रदत्त, वैद्यरहस्य :

हिक्काश्वासातुरे पूर्वं तैलाक्ते स्वेद इष्यते ।

बाडुलीरोग दमले पीडित रोगीलाई सर्वप्रथम तेल दलेर मालिस गरी सेकेर पसिना निकाल्नु पर्दछ ।

(ग) चरक संहिता :

कारणस्थानमूलैक्यादेकमेव चिकित्सितम् । द्वयोरपि यथादृष्टमृषिभिस्तन्निबोधत ॥

बाडुली रोग र श्वासरोगको कारण, उत्पत्तिस्थल र दोष एउटै हुनाले उपचार पनि एकै किसिमले हुने गर्दछ । ऋषिहरूले ती रोगको उपचारका बारेमा जे जे बताएका छन् त्यो तिमी मसँग सुन ।

हिक्काश्वासार्दितं स्निग्धैरादौ स्वेदैरुपाचरेत् ।
आक्तं लवणतैलेन नाडीप्रस्तरसङ्करैः ॥
तैरस्य ग्रथितः श्लेष्मा स्रोतःस्वभिविलीयते ।
खानि मार्दवमायान्ति ततो वातानुलोमता ॥

बाडुली र श्वासरोग लागेका रोगीलाई नुनमिश्रित तेल शरीरमा दल्नू । त्यसपछि नाडीस्वेद (स्टीम बाथ), प्रस्तरस्वेद र सङ्करस्वेद दिई उपचार गर्नू । यी स्वेदले गाँठो परेर बसेको कफ स्रोतमै बिलीन (पग्लन्छ) हुन्छ । प्वालहरू र स्रोत बहने मार्ग कोमल हुन्छ । यसपछि वायु पनि आफ्नो बाटोमा हिँड्न थाल्दछ ।

यथाऽद्रिकुञ्जेष्वर्कांशुतप्तं विष्यन्दते हिमम् ।
श्लेष्मा तः स्थिरो देहे स्वेदैर्विष्यन्दते तथा ॥

जसरी पर्वतमा हुने रूख र लहरातिर हुने हिउँ सूर्यको किरण परेपछि तातेर पग्लने गर्दछ त्यसरी नै शरीरमा जमेर बसेको कफ पनि स्वेदन विधिले तातेपछि पग्लेर बहने गर्दछ ।

(घ) भावप्रकाश संहिता :

श्वासहिक्कातुरं प्रायः स्निग्धैः स्वेदैरुपाचरेत् । युक्तैर्लवणतैलाभ्यां तैरस्य ग्रथितः कफः ॥
श्वासो विलयमायाति मारुतश्चोपशाम्यति ।

दमरोग र बाडुलीरोगले पीडित मानिसलाई विशेषगरी नुन र तेल मिसाएर स्नेहन र स्वेदन क्रिया गरी उपचार गर्नू । यो उपचार गर्नाले जमेको कफ फुक्लन्छ, दम नाश हुन्छ र वातविकार पनि शान्त हुन्छ ।

नोट : यहाँ नुन र तेल दल्ने कुरा त बताइयो तर कुन नुन र कुन तेल प्रयोग गर्ने त भन्ने सम्बन्धमा शार्ङ्गधर संहितामा भनिएको छ कि–"...ग्राह्यं तैलेऽनुक्ते तिलोद्भवम् ॥" अर्थात् जहाँ कुन तेल भनेर तोकिएको हुन्न त्यहाँ तिलको तेल लिनू । यसैगरी "तेषु मुख्यं सैन्धवं स्यादनुक्ते तत्प्रयोजयेत् ।" । अर्थात् पाँच थरी नुनमध्ये सिधेनुन उत्तम हुन्छ । अतः जहाँ नाम नतोकी नुन मात्र भनिएको हुन्छ त्यहाँ सिधेनुन प्रयोग गर्नु पर्दछ ।" । यसैले यहाँ पनि सिधेनुन र तिलको तेलले मालिश गर्नु पर्दछ ।

(ङ) भैषज्य रत्नावली :

हिक्काश्वासातुरे पूर्वं तैलाक्ते स्वेद इष्यते ।

बाडुलीरोग र दमरोगमा पहिले रोगीको छाती आदिमा सिँधेनुन र तिलको तेल दलेर मालिस गर्नू । (कसैले सर्सिउँको तेल प्रयोग गर्नू भनी बताएका छन्) । यसरी मालिस गरेर शरीर चिल्लो बनाएपछि सेकेर पसिना निकाल्नू ।

(च) रसरत्नाकर :

हिक्काश्वासार्त्तयोः पूर्वं तिलाक्तः स्वेद इष्यते ।

बाडुलीरोग दमले पीडित रोगीलाई सर्वप्रथम तेल दलेर मालिस गरी सेकेर पसिना निकाल्नु पर्दछ ।

(छ) वङ्गसेन आयुर्वेद :

स्नेहबस्तिमृते केचिदूर्ध्वञ्चाधश्च शोधनम् । मृदुप्राणवतां श्रेष्ठं श्वासिनामादिशन्ति हि ॥

कमजोर मानिसको दमरोगलाई पहिले स्नेह वस्ति नदिई तलमाथि शोधन गर्नुपर्दछ ।

श्वासहिक्कापरिगतं स्निग्धैः स्वेदैरुपाचरेत् ॥
युक्तैर्लवणतैलाभ्यां तैरस्य ग्रथितः कफः । श्वासो विलयनं याति मारुतश्च प्रशाम्यति ॥

दमरोग र बाडुलीरोगमा जमेको कफको प्रभाव बढी छ भने चिल्लो र सेक्ने कार्य गरी उपचार गर्नू । यसका लागि नुन र सर्सिउँको तेल दलेर मालिस गर्न प्रयोग गर्नू । यसो गर्नाले दम शान्त हुन्छ, वायु ठिक हुन्छ ।

(ज) सुश्रुत संहिता :

स्नेहबस्तिं विना केचिदूर्ध्वं चाधश्च शोधनम् । मृदु प्राणवतां श्रेष्ठं श्वासिनामादिशन्ति हि ॥

कतिपय आचार्यहरू दमको रोगमा स्नेहवस्ति नदिई बलिया रोगीलाई कोमल (नदुखाउने) ओखती खुवाएर बान्ता गराउने र दिसा लगाउने कार्य गर्नुपर्दछ भन्दछन् ।

श्वासहिक्कापरिगतं स्निग्धैः स्वेदैरुपाचरेत् । आक्तं लवणतैलाभ्यां तैरस्य ग्रथितः कफः ॥
खस्थो विलयनं याति मारुतश्च प्रशाम्यति ।

दम र बाडुली रोगले पीडित रोगीलाई चिल्लो बनाई सेकेर पसिना निकाल्नू । रोगीलाई सिँधेनुन र तिलको तेल मिसाएर मालिस गरी सेकेर पसिना निकाल्नू । यसो गर्नाले रोगीको शरीरमा स्रोत बहने स्थानमा जमेको कफ पग्लन्छ र शरीर भित्र उत्तेजित हुन पुगेको वायु शान्त हुन्छ । (यसमा एक तोला मैन पनि मिसाएर हाल्नु उत्तम हुन्छ) ।

प्रारम्भिक उपचार वा स्वेदन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुरा

(ख) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

अवश्यं स्वेदनीयानामस्वेद्यानामपि क्षणम् । स्वेदयेत्ससिताक्षीरैः सुखोष्णस्नेहसेचनैः ॥
उत्कारिकोपनाहैश्च स्वेदाध्यायोक्तभेषजैः । उरः कण्ठं च मृदुभिः ...।

पसिना निकाल्न योग्य रोगीलाई अवश्य नै विधिपूर्वक पसिना निकाल्नु पर्दछ । पसिना निकाल्न अयोग्य रोगीलाई पनि हल्का पसिना अवश्य निकाल्नु पर्दछ । तिनको छाती र घाँटीमा मिश्री हालेर उमालेको मनतातो दूध अथवा घिउ आदि चिल्लो सेचन गरेर अथवा माड वा रोटी बाँधेर अथवा स्वेदाध्यायमा बताएका उपायले हल्का स्वेदन गराउनु पर्दछ ।

(ख) चरक संहिता :

न स्वेद्याः पित्तदाहार्ता रक्तस्वेदातिवर्तिनः । क्षीणधातुबला रूक्षा गर्भिण्यश्चापि पित्तलाः ॥

पित्त र डाहले पीडित, धेरै रगत बगिरहने, धेरै पसिना आउने, धातु क्षीण भएका, कमजोर, रुखो शरीर भएका, गर्भवती तथा पित्तप्रकृति भएका मानिसलाई सेक्ने आदि विधिले पसिना निकाल्न (स्वेदन दिन) हुँदैन ।

कोष्णैः काममुरःकण्ठं स्नेहसेकैः सशर्करैः । उत्कारिकोपनाहैश्च स्वेदयेन्मृदुभिः क्षणम् ॥

यदि यस्ता व्यक्तिलाई स्वेदन गराउनै पर्ने अवस्था छ भने हल्का तातो चिल्लो छर्केर अथवा कोमल र हल्का तातो उत्कारिकाले अथवा उपनाहले छाती र घाँटीमा थोरै समय स्वेदन गर्नू ।

तिलोमामाषगोधूमचूर्णैर्वातहरैः सह । स्नेहैश्चोत्कारिका साम्लैः सक्षीरैर्वा कृता हिता ॥

त्यस्ता व्यक्तिलाई सेकेर पसिना निकाल्न तिल, आलस, मास र गहुँको धूलो, वातविकार नाशगर्ने ओखती, तेल आदि चिल्लो र काँजी आदि अमिलो वा दूध हालेर उत्कारिका बनाउनु हितकर हुन्छ ।

नोट : पातलो हलुवाजस्तो वा रोटीजस्तो परिकारलाई उत्कारिका भनिन्छ ।

दोश्रो उपचार

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

स्विन्नं च भोजयेदन्नं स्निग्धमानूपजै रसैः । दध्युत्तरेण वा दद्यात्...।

यसरी राम्रोसँग स्वेदन भएपछि चिल्लोयुक्त भोजन, बनेल आदि आनूपदेशीय जीवको मासुको रससँग अथवा दहीको नौनीसँग (क्रिम) खान दिनू ।

(ख) चरक संहिता :

स्विन्नं ज्ञात्वा ततस्तूर्णं भोजयेत् स्निग्धमोदनम् । मत्स्यानां शूकराणां वा रसैर्दध्युत्तरेण वा॥

स्वेदन भएपछि तुरुन्त नै रोगीलाई माछा वा बनेलको मासुको रस अथवा दहीको व्यञ्जन बढी भएको, घिउ आदि चिल्लो पदार्थसँग भात खुवाउनू ।

(ग) भावप्रकाश संहिता :

स्विन्नं ज्ञात्वा ततश्चैनं भोजयेज्ज रसौदनम्॥
स्वरसं शृङ्गवेरस्य माक्षिकेण समन्वितम् । पाययेच्छ्वासकासघ्नं प्रतिश्यायकफापहम्॥
(शृङ्गवेरम्-आर्द्रकम्) ।

जब स्वेदन क्रियाबाट पसिना निस्कि सक्दछ तब रोगीलाई मासुको रससँग भात खान दिनू । महसँग अदुवाको रस पिउन दिनू । यसो गर्नाले दम, खोकी, पिनास, रुघा र कफविकार नाश हुन्छ ।

(घ) सुश्रुत संहिता :

स्विन्नं ज्ञात्वा ततश्चैव भोजयित्वा रसौदनम्॥

यसरी मालिस गरेर पसिना निकालिसकेपछि रोगीलाई मासुको रससँग भात खुवाउनू ।

तेस्रो चरणको उपचार

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

...आमे त्वामविधिं चरेत्॥

त्यसपछि पनि कफ फुक्लेन भने बान्ता गराउने र दिसा लगाउने कार्य गरी शरीरलाई शुद्ध बनाउनू ।

...तोऽस्मै वमनं मृदु ।

त्यसपछि नरम खालका ओखती खुवाएर बान्ता गराउनू ।

विशेषात्कासवमथु हृद्ग्रहस्वरसादिने । पिप्पलीसैन्धवक्षौद्रयुक्तं वाताविरोधि यत्॥
निर्हृते सुखमाप्नोति स कफे दुष्टविग्रहे । स्रोतःसु च विशुद्धेषु चरत्यविहतोऽनिलः ॥

यदि दम वा बाडुली सँगसँगै खोकी पनि लाग्दछ, वाकवाकी पनि हुन्छ, मुटुको चालमा अवरोध पनि छ र स्वर पनि बसेको छ भने पिप्ला, सिँधेनुन र मह मिसाएर खुवाई बान्ता गराउनू । तर बान्ता गर्न खुवाइने ओखती शरीरमा बातविकार बढाउने खालका हुनु हुँदैन । यसरी बान्ता गराई विकृत वात आदिले अवरुद्ध कफ बाहिर निस्केपछि रोगीलाई आराम हुन्छ । स्रोत शुद्ध भएपछि सास पनि नरोकिई चल्न थाल्दछ ।

(ख) चरक संहिता :

कासिने छर्दनं दद्यात्स्वरभङ्गे च बुद्धिमान् । वातश्लेष्महरैर्युक्तं तमके तु विरेचनम्॥

स्रोत शुद्ध बनाउन खोकी लागेका र स्वर समेत बसेका दमका रोगीलाई बान्ता गराउनु पर्दछ । तर तमकश्वास नामक दम हुँदा वात-कफ नाशक ओखती खुवाएर विरेचन दिने गरिन्छ ।

नोट : तमकश्वासमा दिसा लगाउनु भन्ने कुराको अभिप्राय यो हो कि त्यस्तो रोग लागेका रोगीले खोक्दा खोक्दा दूषित कफ बाहिर निस्केपनि कतिपय अवस्थामा यो कफ उसले निल्ने गर्दछ । यस्तो कफले खानपिन गर्ने बाटोलाई पनि दूषित बनाउँदछ । यसैले यस्तो कफ निकाल्नका लागि तथा पित्तको उत्पत्ति हुने स्थानलाई समेत उपचार गर्नका लागि दिसा लगाउनु पर्ने हुन्छ । यसो गरिएन भने पित्त बढी प्रतमक रोगलाई जन्म दिन पुग्दछ ।

उदीर्यते भृशतरं मार्गरोधाद्वहज्जलम् । यथा तथाऽनिलस्तस्य मार्गं नित्यं विशोधयेत्॥

जसरी (नदीको) बहने बाटो थुनिएपछि धेरै पानी जम्मा भई रुमलिन थाल्दछ त्यसरी नै प्राणवायुको बाटो कफले थुनिएपछि प्राणवायु पनि रुमलिन थाल्दछ । यसैले दमरोग हुँदा सास फेर्ने बाटोलाई

नित्य प्रशोधन गरिनु पर्दछ । अर्थात् कफ बढेका रोगीलाई नियमानुसार बान्ता गराउने र दिसा लगाउने कार्य गर्नुपर्दछ । तर कफले असर नगरेका रोगीलाई हुँदैन ।

वातकृद्वा कफहरं कफकृद्वाऽनिलापहम् । कार्यं नैकान्तिकं ताभ्यां प्रायः श्रेयोऽनिलापहम् ॥

जुन् ओखती आदि वातविकार गर्ने तर कफविकार नाश गर्ने हुन्छ अथवा जुन् ओखती आदि कफविकार गर्ने तर वातविकार नाश गर्ने हुन्छ त्यस्ता ओखती एकोहोरो वा एउटै मात्र प्रयोग गर्न हुँदैन । यी दुई थरी ओखती आदिभन्दा वातविकार नाशगर्ने ओखती आदिको प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

सर्वेषां बृंहणे ह्यल्पः शक्यश्च प्रायशो भवेत् । नावश्यं शमनेऽपायो भृशोऽशक्यश्च कर्शने ॥
तस्माच्छुद्धानशुद्धांश्च शमनैर्बृंहणैरपि । हिक्काश्वासार्दिताञ्जन्तून् प्रायशः समुपाचरेत् ॥

सबै प्रकारका रोगीलाई बृंहण उपचार गर्दा असर गर्ने सम्भावना कम हुन्छ । यदि थोरै असर गरेपनि त्यो सजिलै ठिक हुन्छ । शान्तपार्ने खालका उपचारले अवश्य नोक्सान गर्दैन । यदि कर्षण वा अपतर्पण गरिन्छ भने त्यसले हानी हुन सक्दछ र त्यो ठिक नहुने पनि बन्न सक्दछ । यसकारण बाडुलीरोग वा दमरोग लागेका रोगीलाई विशेषरूपले रोग शान्त पार्ने खालको शमन तथा शरीर पुष्ट बनाउने खालको बृंहण उपचार नै गर्नुपर्दछ ।

ततः श्लेष्मणि संवृद्धे वमनं पाययेत्तु तम् । पिप्पलीसैन्धवक्षौद्रैर्युक्तं वाताविरोधि यत् ॥

त्यसपछि कफ बढेपछि रोगीलाई पिप्ला, सिँधेनुन र मह मिसाइएको बान्ता गराउने ओखती जुन् वातविरोधी हुँदैन त्यो पिउन दिनू । अर्थात् चिल्लो खाएर कफ बढेपछि बान्ता गराउनु पर्दछ ।

निर्हृते सुखमाप्नोति स कफे दुष्टविग्रहे । स्रोतःसु च विशुद्धेषु चरत्यविहतोऽनिलः ॥

त्यो रोगी विकृत कफ बाहिर निस्केपछि आराम अनुभव गर्न थाल्दछ र स्रोत शुद्ध हुनाले वायु पनि अवरोध बिना नै चल्न थाल्दछ ।

चौथो चरणको उपचार (दिसालगाउने कार्य)

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

ध्मानोदावर्ततमके मातुलुङ्गाम्लवेतसैः । हिङ्गुपीलुविडैर्युक्तमन्नं स्यादनुलोमनम् ॥
ससैन्धवं फलाम्लं वा कोष्णं दद्याद्विरेचनम् । एते हि कफसंरुद्धगतिप्राणप्रकोपजाः ॥
तस्मात्तन्मार्गशुद्ध्यर्थमूर्ध्वाधः शोधनं हितम् । उदीर्यते भृशतरं मार्गरोधाद्वहज्जलम् ॥
यथा ऽनिलस्तथा तस्य मार्गमस्माद्विशोधयेत् ।

आध्मान र उदावर्त समेत भएको तमक श्वासमा बिमिरो, अम्लवेत, घिउमा भुटिएको हिङ, ओखर र बिरेनुन मिसाइएको आहार खुवाउनू । यो आहारले शरीर भित्रको वायुलाई आफ्नो बाटोबाट हिँड्न मद्दत गर्दछ । यदि रोगी बलियो छ भने सिँधेनुन, अलुबखडा आदि जस्ता फलको अमिलो तातो रस दिसा लगाउनका लागि खुवाउनू । दम र बाडुली रोग प्राणवायु कफले रोकिएर हुने हुनाले यो वायुके बाटो सफा पार्न बान्ता गराउनु र दिसा गराउनु हितकर हुन्छ । जसरी बहिरहेको पानीको बाटो छेकिएपछि निकै रुमलिने गर्दछ त्यसरी नै शरीर भित्रको वायु पनि बाटो छेकिएपछि रुमलिने गर्दछ । अतः वायुको बाटो सफा गर्नुपर्दछ ।

चौथो चरणको उपचारमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

अतियोगोद्धतं वातं दृष्ट्वा पवननाशनैः । स्निग्धै रसाद्यैर्नात्युष्णैरभ्यङ्गैश्च शमं नयेत्॥

यदि बान्ता र दिसा लगाउने कार्य बढी भएर रोगीको शरीरमा वायु बढेमा उसलाई वातनाशक, चिल्लो मासुको रस आदि आहार खुवाएर तथा मनतातो कुरा शरीरमा दलेर वायुलाई शान्त पार्नू ।

अनुत्क्लिष्टकफास्विन्नर्दुबलानां हि शोधनात् । वायुर्लब्धास्पदो मर्म संशोष्याऽऽशु हरेदसून्॥
कषायलेहस्नेहाद्यैस्तेषां संशमयेदतः ।

जसको कफ बाहिर आउन नै खोज्दैन तथा जसलाई स्वेदन गरिएको हुँदैन तथा जो दुर्बल हुन्छन् त्यस्ता रोगीको वायु प्रशोधन गर्नाले आश्रय पाई छाती वा मुटु सुकाएर ज्यान लिन सक्दछ । यसैले त्यस्ता दमका रोगीलाई काँढापानी, चटनी वा चिल्ले खुवाएर शान्त पार्नू । बलिया रोगीलाई शरीरको प्रशोधन गरेर तथा कमजोर रोगीलाई शान्तपार्ने उपचार गर्नुपर्दछ ।

क्षीणक्षतातिसारासृक्पित्तदाहानुबन्धजान् ॥ मधुरस्निग्धशीताद्यैर्हिध्माश्वासानुपाचरेत् ।

क्षयरोग, उरक्षत, अतिसार, रक्तपित्त र दाहरोगले उत्पन्न वा युक्त बाडुली र दमको उपचार गुलिया, चिल्ला र शीतल ओखती, अन्न र विहारका माध्यमबाट गर्नू । (यो शमन उपचार हो) ।

(ख) चक्रदत्त, रसरत्नाकर, वैद्य रहस्य :

स्निग्धैर्लवणयोगैश्च मृदु वातानुलोमनम्॥
ऊर्ध्वाधःशोधनं शक्ते दुर्बले शमनं मतम् ।

यसैगरी चिल्ला र नुनिला पदार्थले वायुलाई सही बाटोमा हिँडाउनका लागि बलिया रोगीलाई बान्ता गराउने र दिसा लगाउने कार्य गराउनु पर्दछ भने कमजोरलाई रोग शान्तपार्ने खालका उपचार गर्नुपर्दछ ।

(ग) चरक संहिता :

क्षतक्षीणातिसारासृक्पित्तदाहानुबन्धजान् ।
मधुरस्निग्धशीताद्यैर्हिक्काश्वासानुपाचरेत्॥

चोटपटकले, छेरपटीले, रक्तपित्तले वा पोलेर हुने बाडुली रोग वा श्वासरोगमा गुलिया, चिल्ला, शीतल आदि पित्तनाशक अथवा पौष्टिक कर्म गरी उपचार गर्नुपर्दछ ।

(घ) भैषज्य रत्नावली :

स्निग्धैर्लवणयोगैश्च मृदुवातानुलोमनम्॥ ऊर्ध्वाधः शोधनं शक्ते दुर्बले शमनं मतम्॥

सेकेर पसिना निकालेपछि रोगी बलियो भए शरीरको वायुलाई आफ्नो बाटोमा हिँडाउने र कोमल ओखती खुवाएर बान्ता र दिसा लगाउने कार्य गराउनू । रोगी कमजोर भए दोष वा विकारलाई शान्त पार्ने खालको ओखती खान दिनू ।

(ङ) शार्ङ्गधर संहिता :

बलियो मानिस जो कफविकारले पीडित छ, जसको मुखबाट न्याल चुहिने गर्दछ, जसले बान्ता गराउँदा सहन सक्दछ, त्यस्तो दमका रोगीलाई वैद्यले बान्ता गराउनू । दमका रोगीलाई निरूह वस्ति दिन उचित हुन्छ, अनुवासन वस्ति नदिनू । अति नै चिल्लो शरीर भएका, रोग वा विकार शरीरको माथि माथि सरिरहेका, छातीमा घाउ भएका, दुब्ला, आध्मान भएका, वाकवाकी लागेका, बाडुली लागेका, अल्काई भएका, खोकी लागेका, दम भएका, मलद्वारका रोगी, शरीर सुन्निएका, अतिसारका रोगी, हैजा लागेका, कुष्ठरोगी, गर्भवती स्त्री, मधुमेहका रोगी र पेटमा पानी जमेका मानिस निरूहवस्तिका लागि योग्य हुँदैनन् ।

नोट : बान्ता गराउने र दिसा लगाउने कार्य विज्ञको रोहवरमा गर्नु पर्दछ ।

पाँचौं चरणको उपचार

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

अशान्तौ कृतसंशुद्धेर्धूमैर्लीनं मलं हरेत्॥
हरिद्रापत्रमेरण्डमूलं लाक्षां मनःशिलाम्। सदेवदार्वलं मांसीं पिष्ट्वा वर्तिं प्रकल्पयेत्॥
तां घृताक्तां पिबेद् धूमं यवान्वा घृतसंयुतान्। मधूच्छिष्टं सर्जरसं घृतं वा गुरु वाऽगुरु॥
चन्दनं वा तथा शृङ्गं वालान्वा स्नावजान्गवाम्। ऋक्षगोधाकुरङ्गैणचर्मशृङ्गखुराणि वा॥
गुग्गुलुं वा मनोह्वां वा शालनिर्यासमेव वा। शल्लकीं गुग्गुलुं लोहं पद्मकं वा घृताप्लुतम्॥

माथिका उपाय (स्वेदन, वमन र विरेचन) गरेर पनि दम शान्त नभए विलीन भएको वा टाँस्सिएर बसेको कफको विकार नाश गर्न धूमपान गर्नू। जस्तै : हलेदोका पात, अँडिरका जराको बोक्रा, मैनसिल, देवदारको चोप, हरिताल र जटामसी जम्मा पारी पानीमा पिसेर बत्ती वा सुप्लोमा लेप दल्नू। यसमा गाईको घिउ दलेर बाली धूमपान गर्नू। अथवा जौको धूलोमा गाईको घिउ मिसाएर अथवा मैन, सालधूप र घिउ मिसाएर बाली धूमपान गर्नू। अथवा उत्तम अगरधूप, कालो अगरधूप अथवा चन्दन अथवा गाईको सिङ, गाईको रौं र गाईको नसा बालेर धूमपान गर्नू। अथवा भालु, गोहोरो, कुरङ्ग मृग र ऐण मृगको छाला, सिङ र नङ बालेर धूमपान गर्नू। अथवा गोकुलधूप र मैनसिल अथवा सालको चोप सल्लाको चोप, गोकुलधूप, अगर र पैयुँको धूलो घिउमा मिसाएर माडी धूमपान गर्नू। (भगवान् पुनर्वसुले धूमपान गर्दा चिलिमका माध्यमबाट गर्नू भन्नुभएको छ)।

(ख) चरक संहिता :

लीनश्चेद्दोषशेषः स्याद्धूमैस्तं निर्हरेद्बुधः।

यदि अझै केही कफ रोगीका शरीरमा बाँकी रहे बुद्धिमान् वैद्यले रोगीलाई धूमपान गराई त्यसलाई निकाल्नू।

हरिद्राद्यधूमवर्ति
हरिद्रां यवमेरण्डमूलं लाक्षां मनःशिलाम्॥
सदेवदार्वलं मांसीं पिष्ट्वा वर्तिं प्रकल्पयेत्। तां घृताक्तां पिबेद्धूमं यवैर्वा घृतसंयुतैः॥

हलेदो, जौ, अँडिरको जरा, काँचो लाहा, मैनसिल, देवदार, हरिताल र जटामसीलाई पिसेर दली बत्ती बनाउनू। यो बत्ती घिउमा चोपेर बाली त्यसको धूमपान गर्नू। अथवा जौ र घिउ मिसाएर धूमपान गर्नू।

मधूच्छिष्टं सर्जरसं घृतं मल्लकसम्पुटे।

मैन, सालधूप र घिउ मिसाएर धूपौरो विशेषको पाइपबाट धूमपान गर्नू।

कृत्वा धूमं पिबेच्छृङ्गं बालं वा स्नायु वा गवाम्॥

यसरी नै गाईको सिङ, रौँ र नसाको धूमपान गर्नू ।

स्योनाकवर्धमानानां नाडीं शुष्कां कुशस्य वा । पद्मकं गुग्गुलुं लोहं शल्लकीं वा घृताप्लुतम्॥

टटेलो वा अँडिरको सुकेको खोक्रो डाँठ अथवा कुशको सुकेको डाँठ घिउमा चोपेर त्यसको धूमपान गर्नू । अथवा पैयुँ, गोकुलधूप, अगर र गोब्रेसल्लो मध्ये कुनैको काठ घिउ दली बालेर धूमपान गर्नू । (यिनको बत्ती बनाएर अथवा शरावसम्पुटमा हालेर धूमपान गराइन्छ) ।

(ग) वङ्गसेन आयुर्वेद :

स्निग्धं ज्ञात्वा ततश्चैनं भोजयित्वा रसौदनम् । वातश्लेष्मविबन्धे वा भिषग्धूमं प्रयोजयेत्॥

शरीरमा चिल्लोपन पुगेको थाहा पाएपछि मासुको रससँग भात खान दिनू । दमरोगमा वायु र कफ दुवैको प्रभाव बढी भए वैद्यले उचित धूमपान गराउनू ।

(घ) शार्ङ्गधर संहिता :

धूमस्तु द्वादशाद्वर्षाद्ग्राह्यतेऽशीतिकान्न च । कासश्वासप्रतिश्यायान्मन्याहनुशिरोरुजः॥
वातश्लेष्मविकाराँश्च हन्याद्धूमः सुयोजितः ।

बाह्र वर्षदेखि अस्सी वर्षसम्मका मानिसलाई धूमपान गराउन हुन्छ, अरुलाई हुन्न । विधिपूर्वक गरिएको धूमपानले **<u>दम</u>**, खोकी, पिनास, गर्दन-चिउँडो र टाउकोका पीडा र वात एवं कफ सम्बन्धी विकार पूरै नष्ट हुन्छ ।

(नोट : धूमपानसम्बन्धी थप केही कुरा सोही खण्डमा राखिएको छ) ।

ओखतीखण्ड
अदुवा आदिको प्रयोग

(क) अग्निपुराण :

शृङ्गवेररसञ्चैव मधुना सह पाययेत् ।
अरुचिश्वासकाशघ्नं प्रतिश्यायकफान्तकम् ॥

अदुवाको रसमा मह मिसाएर खानाले अरुची, **दम,** खोकी, पिनास र कफविकार नाश हुन्छ ।

(ख) अर्कप्रकाश :

आर्द्रकार्को माक्षिकेन युक्तः श्वासनिवारणः ॥

अदुवाको अर्कमा मह मिसाएर खानाले दमरोग नाश हुन्छ ।

(ग) काश्यप संहिता :

आर्द्रकस्वरसोपेतं सैन्धवं सकटुत्रिकम् ॥
आकर्षं धारयेदास्ये निष्ठीवेन्नच पुनः पुनः ।

सिँधेनुन, सुठो, मरिच र पिप्लाको धूलो अदुवाको रसमा फिट्नू । त्यसपछि यसलाई जबसम्म कफ निस्कँदैन मुखमा लिइराख्नू । कफ निस्कन थालेपछि पटकपटक थुक्ने गर्नू ।

तेनास्य हृदयश्लेष्मा मन्यापार्श्वशिरोगलात् ॥
लीनो व्याकृष्यते शुष्के लाघवं चास्य जायते ।
...श्वास....उपशाम्यति ।
सकृद्द्वित्रिचतुः कुर्याद् दृष्ट्वा दोषबलाबलम् ॥
एतद्धि परमं प्राहुर्भेषजं सन्निपातिनः ।

(सहज त हुँदैन तर) यो विधिले छाती, गर्धन, कोख, टाउको र घाँटीमा जमेर टाँस्सिएको कफ समेत तान्निने गर्दछ । यसरी कफ सुक्नाले शरीर हलुका हुन्छ । **दम शान्त हुन्छ** । रोग र शरीरको क्षमता अनुसार यो विधि दिनको एक, दुई, तीन वा चार पटक वा आवश्यकता अनुसार गर्नुपर्दछ । यसलाई सन्निपातजन्य (क्रोनिक) खोकीको श्रेष्ठ ओखती भनी बताइएको छ ।

(ग) चिकित्सा चन्द्रोदय :

अदुवाको रस ५० ग्राम, प्याजको रस ५० ग्राम, लसुनको रस ५० ग्राम, घिउकुमारीको रस ५० ग्राम र

मह ५० ग्राम मिसाएर चिनी हाल्ने गरेको भाँडामा हाल्नू । बिर्को बन्द गरी तीन दिनसम्म जमिन भित्र गाड्नू । चौथो दिन निकाली तीन मासाका दरले खाने गर्नू । यो ओखती १५ वा २१ वा १ महिनासम्म खानाले **दमरोग** जरैदेखि नाश हुन्छ ।

अदुवाको रस छ मासा र मह छ मासा मिसाएर पिउने गर्नाले दम, खोकी र कफ नाश हुन्छ । **दम**ले च्यापेका बेलामा यो ओखतीले धेरै फाइदा गर्दछ ।

(घ) हारीत संहिता :

आर्द्रकस्य रसं नीत्वा मधुना च पिबेत्सुधीः । ... श्वासे ... ॥

दम हुँदा विद्वानले अदुवाको रसलाई महमा मिसाएर पिउने गर्नू ।

अनन्तमूल आदिको प्रयोग

(क) सुश्रुत संहिता :

गोपवल्ल्युदके सिद्धं स्यादन्यद् द्विगुणे घृतम्॥

अनन्तमूलको काँढापानी घिउभन्दा दोब्बर हाली विधिपूर्वक पकाइएको घिउ खाने गर्नाले **दमरोग** नाश हुन्छ ।

अनार आदिको प्रयोग

(क) रस रत्नाकर : दाडिमाद्यंचूर्णम्

दाडिमं नागरं हिङ्गुसर्जसैन्धवपौष्कराः । रास्ना चात्र समं चूर्णं कर्षं घृतेन सम्पिबेत्॥
कासश्वासहरं चूर्णं दाडिमाद्यं न संशयः॥

अनार, सुठो, हिङ, सालधूप, सिँधेनुन, पुष्करमूल र फ्याक्सेकन्द बराबर लिई धूलो बनाएर दुई दुई तोला घिउसँग खाने गर्नू । यो दाडिमाद्य चूर्णले खोकी र **दम** अवश्य नाश गर्दछ ।

अभ्रख आदिको प्रयोग

(क) भैषज्य रत्नावली : डामरेश्वराभ्र

मेचकं पलमितं मृतमभ्रं ब्रह्मयष्टिकणकामृतवासाः ।
कासमर्दवननिम्बकचव्यं ग्रन्थिकं दहनमूलसमेतम् ॥
एकशश्च पलिकैरिह सत्त्वैमर्दितं जयति तद्गुरुहिक्काम् ।
श्वासकासमुदरं चिरमेहान् पाण्डुगुल्मयकृतं गलरोगम् ॥
शोथमोहनयनास्यजरोगं यक्ष्मपीनसगदं बलसादम् ।
गण्डमुण्डलवाभ्रिमिदाहं प्लीहशूलविषमज्वरकृच्छ्रम् ॥
हन्ति वातकफपित्तमशेषं डामरेश्वरमिदं महदभ्रम् ॥

कालो अभ्रखको भस्म चार तोला लिई ब्रह्मदण्डको बोक्रा, धतुरोका पात, गुर्जो, असुरो, बकाइनु, चाभो, पिप्लाको जरा र चितूको जराको बोक्रा हरेक चार चार तोला रसमा क्रमशः भिजाउनू । यो डामरेश्वराभ्रकले बलियो बाडुली रोग, **दम**, खोकी, पेटका रोग, पुरानो प्रमेह, पाण्डु, गुल्म, कलेजोका रोग, घाँटीका रोग, सुजन, बेहोसी, आँखा र मुखका रोग, राजयक्ष्मा, पिनास, बलक्षय, गण्डरोग, टाउकाका रोग, बान्ता, भ्रम, डाह, फियोका रोग, शूल, विषमज्वर, मूत्रकृच्छ्र तथा वायु, कफ र पित्तजन्य रोग आदि सबै रोग नाश गर्दछ ।

(ख) रसरत्नाकर : उदयभास्कररस

धान्याभ्रं सूतकं गन्धं श्वेतापामार्गजद्रवैः । तुल्यांशं मर्दयेच्चापि यन्त्रे पातालके पचेत् ॥
उर्ध्वलग्नन्तु संग्राह्यं रसोह्युदयभास्करः । श्वासं पञ्चविधं हन्ति द्विगुञ्जमनुपानतः ॥

धान्याभ्रख, पारो र गन्धक बराबर लिई सेतो अपराजिता र दतिवनको रसमा घोटी पातालयन्त्रमा हालेर पकाउनू । त्यसपछि माथिल्लो भागमा लागेको पदार्थ सुखाएर दुई दुई रत्ती अनुपान सहित खाने गर्नू । पाँच किसिमका **दमरोग** नाश हुन्छ ।

अमला आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

अमला र कण्टकारी बराबर लिई पिसेर आधा हिङ मिसाउनू । यसमा मह मिसाएर खाने गर्नाले दुमको रोगी तीन दिनमा नै अचानकसँग स्वस्थ हुन्छ ।

अम्फीफल आदिको प्रयोग

(क) सुश्रुत संहिता :

तलकोटस्य बीजेषु पचेदुत्कारिकां शुभाम्॥ सेव्यमाना निहन्त्येषा श्वासानाशु सुदुस्तरान्।

अम्फीफलका बीज हाली हलुवा जस्तो बनाएर खाने गर्नाले डरलाग्दो दमरोग पनि चाँडै नाश हुन्छ ।

हिन्दी विश्वकोश : तलकोट भनेको एक वृक्ष विशेष हो । आयुर्वेदीय महाकोश तथा आयुर्वेदीय महाकोश : तलकोट भनेको अङ्कुल हो । उत्कारिका : हिन्दी विश्वकोश : हलुवा, पुरी जस्तै परिकार ।

अवलेह अर्थात् चटनी प्रयोग गर्ने नियम

(क) चरक संहिता :

एते हि कफसंरुद्धगतिप्राणप्रकोपहाः ।
तस्मात्तन्मार्गशुद्ध्यर्थं देया लेहा न निष्कफे ॥११९॥

उपचारमा बताइएका चटनीहरूले कफका कारण बाटो रोकिएको वायुको विकारलाई नाश गर्दछ । यसैले स्रोत मार्ग खुलाउन यी चटनीको प्रयोग गर्नुपर्दछ । कफले असर नगरेका दमका रोगीलाई यी ओखती प्रयोग गर्न हुँदैन ।

अश्वगन्धा आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता :

क्षारं चाप्यश्वगन्धाया लेह्येत्क्षौद्रसर्पिषा ।

अश्वगन्धाको क्षारमा मह र घिउ हालेर चटाउनू । कफजन्य **दम** ठिक हुन्छ ।

असुरो आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

असुरोका बीज, झिउँकेझार र बङ्गाली पान बराबर लिई आगोमा भुटी धूलो बनाएर राख्नू । यसमध्येबाट चार रत्ती (आधा ग्राम) धूलो बङ्गाली पानका पातमा हालेर बिहान सबेरै खाने गर्नू । डरलाग्दो **दम** पनि नाश हुन्छ । यसको फाइदा देखेर बिरामी आफैं छक्क पर्नेछ ।

(ख) भैषज्य रत्नावली :

वासा हरिद्रा मगधा गुडूची भार्ङ्गीघनानागरधावनीनाम् ।
क्वाथेन मारीचरजोन्वितेन श्वासः शमं याति न कस्य पुंसः ॥

असुरो, हलेदो, पिप्ला, गुर्जो, चिन्डे, नागरमोथे, सुठो र कण्टकारीको काँढापानीसँग मरिचको धूलो मिसाएर पिउने गर्नाले सबै खालका **दम** निको हुन्छ ।

(ग) शाबर मन्त्रसागर :

असुरो, सुठो, कण्टकारी र गुर्जो बराबर मिसाई विधिपूर्वक काँढापानी पकाएर पिउने गर्नाले डरलाग्दो **दमरोग** र खोकी नाश हुन्छ ।

सोख्ता (ब्लटिङ्ग पेपर) लाई सोडामा भिजाएर छायामा सुकाउनू । त्यसपटि **दमका रोगी** सुतेका ठाउँमा लगेर बाल्नू । रोगीलाई आराम हुन्छ ।

(घ) शार्ङ्गधर संहिता :

पिष्टानां वृषपत्राणं पुटपाकरसो हिमः । मधुयुक्तो जयेद्रक्तपित्तकासज्वरक्षयान् ॥

असुरोको ताजा पातको पुटपाक विधिले निकालिएको शीतल रसमा मह मिसाएर पिए रक्तपित्त, **दम**, जरो र क्षयरोग ठिक हुन्छ ।

वासाद्राक्षाऽभयाक्वाथः पीतः सक्षौद्रशर्करः । निहन्ति रक्तपित्तार्त्तिश्वासकासान्सुदारुणान् ॥

असुरो, दाख र हर्रोको काँढापानीमा मह र मिस्री मिसाएर पिउनाले रक्तपित्तको पीडा, **दम** र पुरानो खोकी नाश गर्दछ ।

वासाविश्वामृतादार्वीरक्तचन्दनचित्रकैः । भूनिम्बनिम्बकटुकापटोलत्रिफलाऽम्बुदैः ॥
यवकालिङ्गकुटजैः क्वाथः सर्वाक्षिरोगहा । वैस्वर्यं पीनसं श्वासं नाशयेदुरसःक्षतम् ॥

असुरो, सुठो, गुर्जो, चुत्रो, रक्तचन्दन, चितुको बोक्रा, चिराइतो, नीमको बोक्रा, कुटकी, पर्बलको पात, त्रिफला, नागरमोथे, जौ, इन्द्रजौ र ठूलोकुरोको बोक्रा : यी सबै मिसाई पकाइएको काँढापानी पिउनाले सबै प्रकारका आँखाका रोग, स्वर बसेको, पिनास, **दम** र उरक्षत रोग ठिक हुन्छ ।

(ङ) सुश्रुत संहिता :

कृत्स्ने वृषकषाये वा पचेत् सर्पिश्चतुर्गुणे ॥ तन्मूलकुसुमावापं शीतं क्षौद्रेण योजयेत् ।

दमका रोगमा जरा, फूल र हाँगा सहितको असुरो हालेर पकाइएको चार प्रस्थ काँढापानीमा एक प्रस्थ घिउ, असुरोको जरा र फूल हाली घिउ पकाउनू । यो घिउ सेलाएपछि मह मिसाएर खाने गर्नू ।

आँक आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

सक्तून् वार्काङ्कुरक्षीरभावितानां समाक्षिकान् । यवानां दशमूलादिनिःक्वाथलुलितान् पिबेत् ॥

अथवा आँकका पालुवाको दूधमा भिजाइएको सातु मह मिसाएर दशमूलको काँढापानीमा घोलेर पिउनू । **दम**मा लाभ दिन्छ ।

(ख) चिकित्सा चन्द्रोदय :

आँकका ९ वटा फूल र कालो मरिच ६ दाना पिसेर चना जत्रा गोली बनाउनू । दिभरमा २-३ गोली खाने गर्नू । कफ बढी भएको **दमरोगमा** आराम मिल्दछ ।

आँकको पात एउटा र कालो मरिच २५ वटा मिसाएर पिसी मासका दानाजत्रा गोली बनाउनू । बिहान बिहान उमेर र पाचनशक्ति विचार गरी १-६ गोली खाने गर्नू । दमरोग नाश हुन्छ ।

आँकका जरा ३६ ग्राम, ज्वानु २४ ग्राम र सक्खर ६० ग्राम मिसाई पिसेर जङ्गली बयरका दानाजत्रा गोली बनाउनू । हरेक दिन बिहान दुई दुई गोली खाने गर्नू । दमरोग नाश हुन्छ ।

आँकका कलिला पात निचोरी रस निकालेर त्यसमा जौ भिजाई सुकाउनू । सुकेपछि पिसेर सातू बनाउनू । यो सातू मह मिसाएर खाने गर्नाले दम नाश हुन्छ ।

आँकका अति कोमल पातलाई पानका पातमा राखी खाने गर्नू । तीन दिनसम्म एक एक पात खानू । त्यसपछिका तीन दिन आधा आधा पात खानू । पुनः एक एक पत्ता खानू । यसरी ४० दिन खानाले **दम** अवश्य ठिक हुन्छ ।

आँकका पाकेर आफैँ झरेका पहेँला पात एक सेर लेराउनू । १२ ग्राम चून र १२ ग्राम सिँधेनुन पानीमा पिसेर ती पातको दुवैतिर दल्नू अनि छायामा सुकाउनू । त्यसपछि यी पातलाई हाँडीमा हालेर मुख बन्द गरी गुइँठाको आगोमा तीन घण्टासम्म पकाउनू । सेलाएपछि हाँडीबाट खरानी निकाल्नू । एक रत्ती यो खरानी पानका पातमा राखेर खाने गर्नू । **दम** नाश हुन्छ ।

(ग) सुश्रुत संहिता :

अर्काङ्कुरैर्भावितानां यवानां साध्वनेकशः । तर्पणं वा पिबेदेषां सक्षौद्रं श्वासपीडितः ॥

आँकका पालुवा हालेर पकाइएको काँढापानीमा जौलाई अनेक पटक भिजाउनू र सुकाई पिसेर सातू बनाउनू । **दमका** रोगीले यो सातूमा मह मिसाएर खाने गर्नू ।

आलस आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

आलस र इस्पन्द (पेगानम हरमाला) तीन मासा मिसाएर पिसी एक तोला महमा मिसाएर हरेक दिन खाने गर्नाले छाती र घाँटीमा जमेको कफ नाश भई **दमरोगमा** आराम हुन्छ ।

इन्द्रवारुणी आदिको प्रयोग

(क) रस रत्नाकर :

इन्द्रवारुणिकामूलं देवदारु कटुत्रिकम् । शर्करासहितं खादेदूर्ध्वश्वासप्रशान्तये ॥

ऐरेलुको जरा, देवदार र त्रिकटुको धूलोमा मिश्रीको धूलो मिसाई खानाले **ऊर्ध्वश्वास नामक दमको रोग** नाश हुन्छ ।

उत्कारिका आदिको प्रयोग

(ख) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

उत्कारिका तुगाकृष्णामधूलीघृतनागरैः॥ पित्तानुबन्धे योक्तव्या पवने त्वनुबन्धिनि ।

दमरोगमा पित्तको प्रभाव भए वंशलोचन, पिप्ला, जेठीमधु (वा गहुँ) र सुठो हालेर घिउमा पकाइएको रोटी वा हलुवा (उत्कारिका) खान दिनू ।

(क) चरक संहिता :

मधूलिका तुगाक्षीरी नागरं पिप्पली तथा । उत्कारिका घृते सिद्धा श्वासे पित्तानुबन्धजे॥

गहुँको खस्रो पिठो, वंशलोचन, सुठो र पिप्ला हाली घिउमा हाली हलुवा पकाएर **पित्तजन्य दम**को रोगीलाई पित्त शान्त पार्न खुवाउनु पर्दछ ।

ओल आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता : बृहत्सूरणवटक

सूरणो वृद्धदारुश्च भागैः षोडशभिः पृथक्॥ मुसलीचित्रकौ ज्ञेयावष्टभागमितौ पृथक्।
शिवा बिभीतकी धात्री विडङ्गं नागरं कणा॥ भल्लातः पिप्पलीमूलं तालीसञ्च पृथक्पृथक्।
चतुर्भागप्रमाणानि त्वगेला मरिचन्तथा॥ द्विभागमात्राणि पृथक् ततस्त्वेकत्र चूर्णयेत्।
द्विगुणेन गुडेनाथ वटकान् धा(का)रयेद् बुधः॥ प्रबलाग्निकरा ह्येतास्तथाऽर्शोनाशनाः परम्।
ग्रहणीं वातकफजां श्वासं कासं क्षयामयम्॥ प्लीहानं श्लीपदं शोथं हिक्कां मेहं (प्रमेहं च) भगन्दरम्।
निहन्युः पलितं वृष्या तथा (वृघ्यास्तथा) मेध्या रसायनाः॥

ओल र त्रिधारा सोह्र सोह्र तोला, मुसलीकन्द र चितूको बोक्रा आठ आठ तोला, हर्रो, बर्रो, अमला, वायुविडङ्ग, सुठो, पिप्ला, भलायो, पिप्लाको जरा र लोठसल्लो सबै चार चार तोला तथा दालचिनी, अलैंची, कालो मरिच दुई दुई तोला जम्मा पारी कुटेर धुलो पार्नू , कूल धुलोमा दोबर सक्खर मिसाउनू र गोली बनाउनू । यो गोली खानाले जठराग्नि बल्दछ; अल्काई, वातजन्य एवं कफजन्य ग्रहणी, **दम**, खोकी, क्षयरोग, फियोका रोग, हात्तीपाइले, सुजन, बाडुली, प्रमेह, भगन्दर र कपाल फुल्ने रोग नाश हुन्छ । यो गोलीले स्त्रीगमनको चाहना गराउँदछ, बुद्धि बढाउँदछ र बुढ्यौली पनि भगाउँदछ ।

कचूर आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग हृदय :

शठीपौष्करधात्रीर्वा ...।

<u>दमरोगका जुन रोगीको कफ बढेको छ</u> उसले कचूर, पुष्करमूल र अमलाको धूलो मह मिसाएर चाट्ने गर्नू ।

शठीतामलकीभार्ङ्गी चण्डावालकपौष्करम् । शर्कराष्टगुणं चूर्णं हिध्माश्वासहरं परम्॥

कचूर, भुइँअमला, चिन्डे, चण्डा (मुसलिण्डी वा चोरक ?), सुगन्धवाल, र पुष्करमूल बराबर लिई त्यसको आठ गुना सक्खर वा चिनी मिसाएर राख्नू । यो धूलोले बाडुली रोग र <u>दम</u> उत्तम किसिमले नाश गर्दछ ।

(ख) चरक संहिता : शट्यादिचूर्णम्

शटीचोरकजीवन्तीत्वङ्मुस्तं पुष्कराह्वयम् । सुरसं तामलक्येला पिप्पल्यगुरु नागरम्॥
वालकं च समं चूर्णं कृत्वाऽष्टगुणशर्करम् । सर्वथा तमके श्वासे हिक्कायां च प्रयोजयेत्॥

कचूर, समयो वृक्ष, जीवन्ती, दालचिनी, मोथे, पुष्करमूल, तुलसी (वा सिमाली), भुइँअमला, सुकुमेल, पिप्ला, अगर, सुठो र सुगन्धवाल : यी हरेक ओखतीको धूलो बराबर लिई मिसाएर त्यसमा आठ गुना मिश्री मिसाउनू । यो ओखती **<u>तमकश्वास</u>** र बाडुलीरोगमा सधैं खुवाउने गर्नू । (मात्रा : २-४ मासा) ।

शटीपुष्करमूलानां चूर्णमामलकस्य च । मधुना संयुतं लेह्यं चूर्णं वा काललोहजम्॥

कचूर, पुष्करमूल र अमला मिसाएर बनाइएको धूलो अथवा स्टीलभस्मको धूलो महसँग चटाउनू । (मात्रा : १ मासा तथा ०.५-२ रत्ती) ।

(ग) चिकित्सा चन्द्रोदय :

कचूर, पुष्करमूल र अमला मह मिसाएर खानाले **<u>दम</u>** नाश हुन्छ ।

(घ) भैषज्य रत्नावली :

शठीदशमूलीरास्नापिप्पलीविश्वपौष्करैः । श्रृङ्गीत्वामलकीभार्ङ्गीगुडूचीनागराग्निभिः॥
विधिवत्सेव्यमाने तु कषायं वा पिबेन्नरः । श्वासहृद्ग्रहपार्श्वार्त्तिहिक्काकासप्रशान्तये॥

कचूर, दशमूल, फ्याक्सेकन्द, पिप्ला, सुठो, पुष्करमूल, कर्कटश्रृङ्गी, भुइँअमला, चिन्डे, गुर्जो, सुठो र

चितू हाली काँढापानी पकाएर अथवा धूलो बनाएर खाने गर्नाले **दम**, मुटुका रोग, कोखाको शूल, बाडुली रोग र खोकी नाश हुन्छ ।

(ङ) वङ्गसेन आयुर्वेद : शठचादि चूर्ण

शठी पुष्करजीवन्ती त्वङ्मुस्तं पुष्कराह्वयम् । सुरसातामलक्यौ वा पिप्पल्यगुरुनागरम् ॥
बालकस्य समं चूर्णं कृत्वाष्टगुणशर्करम् । सर्वथा तमके श्वासे हिक्कायाश्च प्रयोजयेत् ॥
(अत्रैकस्माद्द्रव्यादष्टगुणा शर्करा, सर्वथेति पानभोजनादिषु) ।

कचूर, पुष्करमूल, जीवन्ती, दालचिनी, मोथे, कूट, तुलसी, भुइँअमला, पिप्ला, अगर, सुठो र सुगन्धवाल बराबर मिसाई पिसेर धूलो बनाउनू । त्यसमा आठ भाग मिश्रीको धूलो मिसाउनू । **तमक नामक दमरोग** र बाडुली रोगमा यो धूलो पिउन र खान नित्य प्रयोग गर्नू ।

कटसरैया आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

पहैँलो कटसरैयाको जरा छायामा सुकाउनू र सुकेपछि मसिनो हुनेगरी पिस्नू । हरेक दिन बिहान ४ ४ मासाका दरले खाने गर्नू । **दमरोग** नाश हुन्छ ।

कण्टकारी आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता : निदिग्धिका यूष

निदिग्धिकां बिल्वमध्यं कर्कटाख्यां दुरालभाम् । त्रिकण्टकं गुडूचीं च कुलत्थांश्च सचित्रकान्॥
जले पक्त्वा रसः पूतः पिप्पलीघृतभर्जितः । सनागरः सलवणः स्याद्यूषो भोजने हितः॥

कण्टकारी, बेलको गुदी, कर्कटश्रृङ्गी, दुरालभा, ओदानेकाँडो, गुर्जो, गहत र चितू हालेर काँढापानी पकाउनू र छान्नू । त्यसपछि घिउमा भुटिएको पिप्लाको धूलो तथा सुठोको धूलो र सिँधेनुनको धूलो मिसाउनू । <u>**दम**</u> र बाडुलीरोगमा यो यूष खानु हितकर हुन्छ ।

(ख) भैषज्य रत्नावली : श्रृङ्गीगुडघृत

कण्टकारीद्वयं वासाऽमृता पञ्चपलं पृथक् । शतावर्याः पञ्चदश भार्ङ्ग्या दश पलानि च॥
गोक्षुरं पिप्पलीमूलं पृथक् पलसमन्वितम् । पाटला त्रिफला चैव चतुर्गुणजले पचेत्॥
चतुर्भागावशिष्टं तु कषायमवतारयेत् । पुरातनगुडस्यात्र पलानि दश दापयेत्॥
घृतस्य पञ्च दत्त्वा च दत्त्वा दशपलं पयः । सर्वमेकीकृतं पक्त्वा चूर्णमेषां विनिक्षिपेत्॥
श्रृङ्गी द्वितोलकं जातीफलं पत्रं त्रितोलकम् । चतुस्तोलं लवङ्गं च तुगाक्षीरी पृथक् पृथक्॥
गुडत्वगेले च तथा तालकद्वयमानके । कुष्ठं तोलचतुष्कं च शुण्ठ्यास्तोलकसप्तकम्॥
पिप्पल्याः पलमेकं च तालीशं तोलकत्रयम् । जातीकोषं तोलकैकं शीते च मधुनः पलम्॥

कण्टकारी, बिहीँ, असुरो र गुर्जो बीस बीस तोला लिनू । कुरिलो साठी तोला लिनू । चिण्डे चालीस तोला लिनू । ओदानेकाँडो र पिप्लाको जरा चार चार तोला लिनू । पाडरी रूखको बोक्रा १२ तोला लिनू । सबै मिसाएर कुटी नापेर चौबर पानीमा हालेर पकाउनू । पाक्दै जाँदा एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । छानेको काँढापानीमा पुरानो सक्खर चालीस तोला, गाईको घिउ बीस तोला र गाईको दूध चालीस तोला हाल्नू । पुनः पकाउन थाल्नू । जब पानी, दूध आदि सुकेर घिउ मात्र बाँकी रहन्छ तब झिक्नू । त्यसमा कर्कटश्रृङ्गी दुई तोला, जाइफल तीन तोला, तेजपात तीन तोला, ल्वाङ चार तोला, सुठो सात तोला, पिप्ला चार तोला, सुनपाती तीन तोला र जाइपत्री एक तोला पिसी धूलो बनाएर मिसाउनू । सेलाएपछि चार तोला मह मिसाउनू ।

ततः खाद्यं च कर्षैकमनुपानविधिं श्रृणु । काष्ठमार्जारिकाचूर्णं मरिचं तच्चतुर्गुणम्॥
एकीकृत्य वटीः कुर्याच्चतुर्माषमिता भिषक् । तासामेकां चर्वयित्वा पिबेदनु जलं कियत्॥
श्रृङ्गीगुडघृतं नाम सर्वरोगहरं परम् । अपि वैद्यशतैस्त्यक्तं श्वासं हन्ति सुदारुणम्॥
कास पञ्चविधं हन्ति विविधोपद्रवान्वितम् । रक्तपित्तं क्षयं चैव स्वरभङ्गमरोचकम्॥
विशेषाच्चिरकालोत्थं श्वासं हन्ति सुदुस्तरम्॥

यो ओखती एक एक कर्षका दरले खानू र त्यसपछि निम्न अनुसारको ओखती खाने गर्नू । बिरालेलहरो (काष्ठमार्जारिका ?) को धूलो एक तोला र मरिचोको धूलो चार तोला मिसाएर पानीमा पिस्नू र चार चार मासाका गोली बनाउनू । पहिलो ओखती खाएपछि यो ओखती एक गोली खानू । त्यसपछि

अलिकति तातोपानी पिउनू । यो श्रृङ्गीगुडघृत नामको ओखती सबै रोग नाश गर्नका लागि अति उत्तम ओखती हो । जुन् रोगीलई सैयौं वैद्यले त्यागिदिएका छन् त्यस्तालाई लागेको कडा **<u>दमरोग</u>**, पाँच किसिमका खोकी, अनेक किसिमका सह-रोग सहितको खोकी, रक्तपित्त, क्षयरोग, स्वरभङ्ग, अरुचि र विषेगगरी अति पुरानो र निको पार्न कठिन **<u>दमरोग</u>**लाई यो ओखतीले नाश पार्दछ ।

हिंस्राद्यघृत

हिंस्राविडङ्गपूतीकत्रिफलाव्योषचित्रकैः । द्विक्षीरं सर्पिषः प्रस्थ चतुर्गुणजलान्वितम् ॥
कोलमात्रं पचेत्तद्धि श्वासकासौ व्यपोहति । अर्शांस्यरोचकं गुल्मं शकृद्भेदं क्षयं तथा ॥

कण्टकारी, कालिकाठ, पूतिकरञ्ज, त्रिफला, त्रिकटु र चितूको धूलो दुई दुई तोला लिनू । गाईको दूध दुई प्रस्थ र गाईको घिउ एक प्रस्थ लिनू । यी सबै पदार्थ चौबर पानीमा हालेर पकाउन थाल्नू । पाक्दै जाँदा पानीजति सुकेर घिउ मात्र बाँकी भएपछि झिक्नू र छान्नू । यो घिउ एक एक तोला खाने गर्नाले **<u>दम</u>**, खोकी, हर्सा, अरुचि, गुल्म, मलभेद र क्षयरोग नाश हुन्छ ।

(ग) वङ्गसेन आयुर्वेद :

व्याघ्रीदुरालभाश्रृङ्गीबिल्वमध्यत्रिकण्टकैः । सामृताग्निश्रृतैरेतैर्यूषः स्याच्छ्वासनुत्परः ॥

कण्टकारी, दुरालभा, कर्कटश्रृङ्गी, बेलको गुदी, ओदानकाँडो, गुर्जो र चितू हालेर यूष बनाई पिउने गर्नाले **<u>दमरोग</u>** नाश हुन्छ ।

निदग्धिकां चामलकप्रमाणं हिंग्वार्द्रयुक्तां मधुनांशयुक्ताम् ।
लिहन्नरः श्वासनिपीडितो हि श्वासं जयत्येव बलात्र्यहेण ॥५२॥

कण्टकारी र अमला बराबर जम्मा पारी पिसेर धूलो वा लेदो बनाउनू । यसमा मह, महभन्दा एक चौथाई हिङ र अदुवाको रस हालेर खाने गर्नू । तीन दिनमा **<u>दमरोग</u>** नाश हुन्छ ।

(घ) शार्ङ्गधर संहिता :

पाचेत्क्षुद्रां सपञ्चाङ्गां पुटपाकेन तद्रसः । पिप्पली चूर्णसंयुक्तः कासश्वासकफापहः ॥

कण्टकारीको बोटै समेत उखेलेर लेराउनू । यसका जरा, डाँठ, पात, फूल र फल सहित पिँधेर पुटपाक गर्नू । यसरी बनाइएको रसमा पिप्ला मिसाएर पिए खोकी, **<u>दम</u>** र कफविकार नाश हुन्छ ।

क्षुद्रा शुण्ठीगुडूचीनां कषायः पौष्करस्य च ॥
कफवाताधिके पेयो ज्वरे वाऽपि त्रिदोषजे । कासश्वासारुचिक(ह)रे पार्श्वशूलविधायिनि ॥

ठूलो कण्टकारी, सुठो, गुर्जो र अँडिरको मूल जरोको काँढा पिउनाले कफवातजन्य जरो र त्रिदोषजन्य जरो नाश हुन्छ । यसले खोकी, **<u>दम</u>**, अरुची र कोखाको शूललाई पनि ठिक गर्दछ ।

निदिग्धिकाऽमृताशुण्ठीकषायं पाययेद्भिषक् । पिप्पलीचूर्णसंयुक्तं श्वासकासार्दितापहम् ॥
पीनसारुचिवैस्वर्यशूलजीर्णज्वरच्छिदम् ।

ठूलो बिही, गुर्जो र सुठोको काँढामा पिप्लाको धुलो मिसाएर पिए दम, खोकी, अनुहारको पक्षाघात, पिनास, अरुचि, घाँटी बसेको, शूल र पुरानो जरो नाश गर्दछ ।

क्षुद्राकुल(लि)त्थवासाभिर्नागरेण च साधितः । क्वाथः पुष्करचूर्णाप्त(ढ्य)ः श्वासकासौ निवारयेत् ॥

कण्टकारी, गहत, असुरो र सुठो मिसाई पकाइएको काँढापानीमा कूटको जराको धुलो मिसाएर पिउनाले **<u>दम</u>** र खोकी निको हुन्छ ।

व्याघ्रीजीरकधात्रीणां चूर्णं मधुयुतं लिहेत् । ऊर्ध्ववातमहाश्वासतमकैर्मुच्यते क्षणात् ॥

ठूलो कण्टकारी (बिही), जीरा र अमलाको धुलो मह मिसाएर चाट्नाले ऊर्ध्ववात, च्यापेको दम र सामान्य **<u>दम</u>** तुरुन्त नाश हुन्छ ।

कण्टकारीं तुलां नीरद्रोणे पक्त्वा कषायकम् । पादशेषं गृहीत्वा च तस्मिँश्चूर्णानि दापयेत् ॥
पृथक्पलानि चैतानि गुडूचीचव्यचित्रकाः । मुस्तं कर्कटशृङ्गी च त्र्यूषणं धन्वयासकः ॥
भार्ङ्गी(र्गी) रास्ना शटी चैव शर्करा पलविंशतिः । प्रत्येकञ्च पलान्यष्टौ प्रदद्याद् घृततैलयोः ॥
पक्त्वा लेहत्वमानीय शीते मधुपलाष्टकम् । चतुष्पलन्तु(त्व)गाक्षीर्याः पिप्पलीनाञ्चतुष्पलम् ॥
क्षिप्त्वा निदध्यात्सुदृढे मृण्मये भाजने शुभे । लेहोऽयं हन्ति हिक्काऽर्तिंश्वासकासानशेषतः ॥

चार सय तोला कण्टकारीलाई अलिअलि कुटेर एक हजार चौबीस तोला पानीमा हाली एक चौथाई पानी बाँकी नहुँदासम्म पकाउनू । यसपछि यसलाई छानेर निम्न ओखती मिसाउनू । गुर्जो, चाभा, चितूका बोक्रा, नागरमोथे, गुनाभा, सुठो, मरिच, पिप्ला, सिस्नु, भारङ्गी, फ्याक्सेकन्द र कपुरहलेदोको धुलो चार चार तोला मिसाउनू । खुँदो अस्सी तोला र अस्सी तोला तथा घिउ र तेल बत्तीस तोला हाल्नू । यी सबै हालेर पकाई बाक्लो भएपछि झिकेर सेलाउनू । यसपछि बत्तीस तोला मह तथा सोह्र सोह्र तोला वंशलोचन र पिप्लाको धुलो मिसाउनू र मोल्नू । यसपछि सफा खालको बलियो माटाको भाँडामा हाली राम्ररी राख्नू । यो अवलेह दिनहुँ खानाले बाडुलीको पीडा, **<u>दम</u>** र खोकी पुरै निको पार्दछ ।

(ङ) सुश्रुत संहिता :

निदिग्धिकां चामलकप्रमाणां हिङ्ग्वर्धयुक्तां मधुना सुयुक्ताम् ।
लिहन्नरः श्वासनिपीडितो हि श्वासं जयत्येव बलात्त्र्यहेण ॥

कण्टकारीलाई पिसेर रस निचोरी अमला जति (करिब १२ ग्राम) रसमा आधा अमला जति (करिब ६ ग्राम) हिङ मिसाएर फिट्नू । अनि मह थोरै मिसाएर चाट्ने गर्नू । यसो गर्नाले **दमको रोगी तीन दिनमा नै स्वस्थ हुन्छ ।**

नोट : आजभोलीका मानिसलाई यो मात्रा बढी हुन्छ, पचाउन सक्दैनन् । त्यसैले ३ ग्राम कण्टकारीको रस र १.५ ग्राम हिङको प्रयोग गर्नू ।

कदम आदिको प्रयोग

(क) सुश्रुत संहिता :

नीचैः कदम्बबीजं वा सक्षौद्रं तण्डुलाम्बुना ।

दमका रोगीले सानो जातको कदमका बीज, मह र चौलानी घोलेर पिउने गर्नू ।

कपूर आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता : चन्द्रप्रभा (कपुर) वटी

चन्द्रप्रभा वचा मुस्तं भूनिम्बामृतदारुकम् । हरिद्राऽतिविषा दार्वी पिप्पलीमूलचित्रकौ ॥
धान्यकं त्रिफलञ्चव्यं विडङ्गं गजपिप्पली । व्योषं माक्षिकधातुश्च द्वौ क्षारौ लवणत्रयम् ॥
एतानि शाणमात्राणि प्रत्येकं कारयेद् बुधः । त्रिवृद्दन्ती पत्रकञ्च त्वगेला वंशरोचना ॥
प्रत्येकं कर्षमात्रञ्च (त्राणि) कुर्यादितानि बुद्धिमान् । द्विकर्षं हतलोहं स्याच्चतुःकर्षा सिता भवेत् ॥
शिलाजत्वष्टकर्षं स्यादष्टौ कर्षाश्च गुग्गुलोः । एभिरेकत्र संक्षुण्णैः कर्तव्या गुटिका शुभा ॥
चन्द्रप्रभेति(भादि) विख्याता सर्वरोगप्रणाशिनी । प्रमेहान् विंशतिं कृच्छ्रं मूत्राघातन्तथाऽश्मरीम् ॥
विबन्धाऽऽनाहशूलानि मेहनं ग्रन्थिमर्बुदम् । अण्डवृद्धिं तथा पाण्डुं कामलाञ्च हलीमकम् ॥
अन्त्रवृद्धिं कटीशूलं श्वासं कासं विचर्चिकाम् । कुष्ठान्यर्शांसि कण्डूञ्च प्लीहोदरभगन्दरे(रम्) ॥
दन्तरोगं नेत्ररोगं स्त्रीणामार्तवजां रुजम् । पुंसां शुक्रगतान्दोषान्मन्दाग्निमरुचिन्तथा ॥
वायुं पित्तं कफं हन्याद् बल्या वृष्या रसायनी । चन्द्रप्रभायां कर्षस्तु चतुःशाणो विधीयते ॥

कपुर, बोझो, नागरमोथा, चिराइतो, गुर्जो, देवदारु, हलेदो, उत्तिस, चुत्रो, पिप्लाको जरा, चितूको बोक्रा, धनियाँ, हर्रो, बर्रो, अमला, चाभा, वायुविडङ्ग, गजपिप्पली, सुठो, कालोमरिच, पिप्ला, स्वर्णमाक्षिक भस्म, सज्जीखार, जवाखार, सिधेनुन, सौंचर नुन र विडनुन यी सबै तीन तीन ग्राम लिनू । सेतो निशोध, अजयपाल, तेजपात, दालचिनी, अलैंचीका गेडा र वंशलोचन सबै २२.५६, २२.५६ ग्राम लिनू । यि सबै मिसाई धुलो बनाउनू । अनि यसमा लोहभस्म दुई तोला, मिस्री चार तोला, शिलाजित आठ तोला र गोकुलधूप आठ तोला पिँधेर मिसाई १२, १२ ग्रामको गोली बनाउनू । यहाँ कर्ष भन्नाले चार शाण हो भनी जान्नू । यस्तो ओखतीलाई चन्द्रप्रभा भनिन्छ । यसले सबै रोग नाश गर्दछ भनी प्रसिद्ध छ । बीस प्रकारका प्रमेहका रोग मुत्रकृच्छ्र, मुत्राघात, पत्थरी, कब्जियत, आध्मान, शूल, प्रमेहजन्य खटिरा, अण्डकोशको सुजन, पाण्डु, कमलपित्त, हलीमक, आन्द्राको सुजन, कम्मरको दुखाई, **दम**, खोकी, लुतो, कुष्ठ, अल्काई, दाद, फियोका रोग, भगन्दर, दाँतका रोग, आँखाका रोग, स्त्रीको रजोधर्म सम्बन्धी रोग, पुरुषका वीर्यसम्बन्धी रोग, मन्दाग्नि, अरुची र त्रिदोष जस्ता सबै रोग यसले नाश गर्दछ । यो चन्द्रप्रभा नामक गोली बलदायक, रतिउत्साह वर्धक र रसायनी हुन्छ ।

कर्कटश्रृङ्गी आदिको प्रयोग

(क) चक्रदत्त :

शृङ्गीमहौषधकणाघनपुष्कराणां चूर्णं शटीमरिचशर्करया समेतम् ।
क्वाथेन पीतममृतावृषपञ्चमूल्याः श्वासं त्र्यहेण शमयेदतिदोषमुग्रम् ॥१५॥

कर्कटशृङ्गी, सुठो, पिप्ला, नागरमोथे, पुष्करमूल, कचूर, कालो मरिच र सक्खर बराबर मिसाएर पिसी धूलो बनाउनू । यो धूलो सक्खर वा खुँदो वा मिस्रीमा मिसाएर त्यसमा पुनः गुर्जो, असुरो र लघुपञ्चमूल हालेर पकाइएको काँढापानीसँग मिसाएर खाने गर्नू । कडा र डरलाग्दो खालको **दम** पनि तीन दिनमा नाश हुन्छ ।

(ख) चक्रदत्त, भैषज्य रत्नावली, वङ्गसेन आयुर्वेद, वैद्यरहस्य : शृङ्ग्यादिचूर्ण

श्रृङ्गीकटुत्रिकफलत्रयकण्टकारी भार्ङ्गी सपुष्करजटा लवणानि पञ्च ।
चूर्णं पिबेदशिशिरेण जलेन हिक्काश्वासोद्ध्वर्वातकसनारुचिपीनसेषु ॥

कर्कटश्रृङ्गी, सुठो, पिप्ला, मरिच, हर्रो, बर्रो, अमला, कण्टकारी, चिन्डे, पुष्करमूल, जटामसी र पाँच थरी नुन बराबर लिई धूलो बनाएर तातोपानीसँग खाने गर्नाले बाडुली, **दम**, ऊर्ध्ववात, खोकी, अरुचि र पिनास जस्ता रोगमा विशेष लाभ हुन्छ ।

(ग) भावप्रकाश संहिता :

शृङ्गीमहौषधकणाघनपौष्कराणां चूर्णं शटीमरिचयोश्च सिताविमिश्रम् ।
क्वाथेन पीतममृतावृषपञ्चमूल्याः श्वासं त्र्यहेण विनिहन्ति हि घोररूपम् ॥

कर्कटशृङ्गी, सुटो, पिप्ला, नागरमोथे, पुष्करमूल, कचूर र कालो मरिच बराबर जम्मा पारी मिसाएर पिसी धूलो बनाउनू । यो धूलो सक्खर वा खुँदो वा मिस्रीमा मिसाएर त्यसमा पुनः गुर्जो, असुरो र पञ्चमूल हालेर पकाइएको काँढापानीसँग मिसाएर खाने गर्नू । कडा र डरलाग्दो खालको **दम** पनि तीन दिनमा नाश हुन्छ ।

(घ) रसरत्नाकर : श्रृङ्ग्यादिचूर्णम्

श्रृङ्गी कटुत्रय फलत्रय कण्टकारी भार्ङ्गी सपुष्करजटा लवणानि पञ्च ।
चूर्णं पिबेदपि शिवेन जलेन हिक्काश्वासोध्र्ववातकसनाऽरुचिपीनसेषु ॥

कर्कटश्रृङ्गी, सुठो, पिप्ला, मरिच, हर्रो, बर्रो, अमला, कण्टकारी, चिन्डे, पुष्करमूल र पाँच थरी नुन बराबर लिई धूलो बनाएर तातोपानीसँग खाने गर्नाले बाडुली, **दम**, ऊध्र्ववात, खोकी, अरुचि र पिनास जस्ता रोगमा विशेष लाभ हुन्छ ।

(ङ) वङ्गसेन आयुर्वेद :

श्रृङ्गीमहौषधिकणाघनपुष्कराणां चूर्णं शठीमरिचयोश्च सिताविमिश्रम् ।
क्वाथेन पीतममृता वृषपञ्चमूल्याः श्वासं त्र्यहेन विनिहन्ति हि घोररूपम् ॥

कर्कटश्रृङ्गी, सुठो, पिप्ला, नागरमोथे, पुष्करमूल, कचूर र कालो मरिच : यी ओखतीको धूलो गुर्जो, असुरो र पञ्चमूल मिसाएर पकाइएको काँढापानीमा हाली घोलेर मिश्री मिसाई खाने गर्नाले कडा **दम**को रोग पनि तीन दिनमा नै नाश हुन्छ ।

(च) सुश्रुत संहिता :

शृङ्गीमधूलिकाभार्गीशुण्ठीतार्क्ष्यसिताम्बुदैः ॥ सहरिद्रैः सयष्ट्याह्वैः समैरावाप्य योगतः ।
घृतप्रस्थं पचेद्धीमान् शीततोये चतुर्गुणे ॥ श्वासं कासं तथा हिक्कां सर्पिरेतन्नियच्छति ।

कर्कटश्रृङ्गी, मरुईलहरो, चिण्डे, सुठो, रसाञ्जन, मिश्री, मोथे, हलेदो र जेठीमधु बराबर भागमा लिई पिसेर चार प्रस्थ शीतल पानी, र एक प्रस्थ घिउमा हालेर बुद्धिमानले घिउ पकाउनू । यो घिउ खाने गर्नाले **दम**, खोकी र बाडुली रोग नाश हुन्छ ।

कसौंदी आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता :

कासमर्दकपत्राणां यूषः शोभाञ्जनस्य च । शुष्कमूलकयूषश्च हिक्काश्वासनिवारणः ॥

कसौंदीका पातको, सैजनको जराको वा सुकेका मूलाको यूषले बाडुलीरोग र **दम** नाश गर्दछ ।

(ख) वङ्गसेन आयुर्वेद :

कासमर्दपत्राणां यूषः ... हिक्काश्वासनिवारणः ॥

अथवा कसौंदीका पात हालेर यूष पकाएर पिउने गर्नाले बाडुली रोग र **दमरोग** नाश हुन्छ ।

काफल आदिको प्रयोग

(क) अर्कप्रकाश :

कट्फलं पौष्करं शृङ्गी व्योषं यासश्च कारबी॥ एतदर्कः शृङ्गवेर रसयुक्तो गदान् हरेत्।
पीनसं स्वरभेदं च तमकं च हलीमकम्॥ सन्निपातं कफं वातं श्वासं कासं विनाशयेत्।

काफल, अँडिरको मूल जरो, गुनाभा, त्रिकटु, सिस्नु र कालो जीरा मिसाएर अर्क निकाली अदुवाको रससँग पिउनाले पिनास, स्वर बसेको, दम, हलीमक नामक पाण्डुरोग, सन्निपात, कफविकार, वातविकार, **दम रोग** र खोकी निको हुन्छ ।

(ख) भावप्रकाश संहिता :

अष्टाङ्गचूर्णसंयुक्तं छागक्षीरं प्रयोजयेत्। श्वासं कासान्वितं घोरं हन्यादेतन्न संशयः॥

काफल, अँडिरको जरा, कर्कटशृङ्गी, ज्वानु, कालो जीरा, सुठो, मरिच र पिप्ला बराबर लिई धूलो बनाउनू । यो धूलो बाख्रीको दूधसँग पिउने गर्नाले खोकी सहितको **दम** अवश्य नाश हुन्छ ।

(ग) शार्ङ्गधर संहिता :

कट्फलाम्बुदभार्ङ्गीभिर्धान्यरोहिषपर्पटैः। वचा हरीतकीशृङ्गीदेवदारुमहौषधैः॥
हिक्का (क्वाथ) कासं ज्वरं (कासजरं) हन्ति श्वासश्लेष्मगलग्रहान्।

काफल, नागरमोथे, भारङ्गी, धनियाँ, रोहिष झार (नपाए चिराइतो), पित्तपापडा, बोझो, हर्रो, उत्तिस, देवदारु र सुठोको काँढाले खोकी, जरो, **दम**, कफविकार र घाँटीका रोगहरू ठिक गर्दछ ।

कट्फलं मुस्तकं तिक्ता शुण्ठी शृङ्गी च पौष्करम्। चूर्णमेषाञ्च मधुना शृङ्गवेररसेन वा॥
लेह्यं ज्वरहरं कण्ठ्यं कासश्वासारुचीजयेत्।
वायुं छर्दिं तथा शूलं (वायुशूलं तथा छर्दिं) क्षयं चैव व्यपोहति॥

काफल, नागरमोथे, कुटकी, सुठो, कर्कटशृङ्गी (गुनाभा) र कमलको जराको चूर्णले मह वा अदुवाको रससँग मिसाएर खाँदा जरो नाश गर्दछ । यसले घाँटीलाई फाइदा गर्नुका साथै खोकी, **दम** र अरुची समेत नाश गर्दछ । साथै वातविकार, वाकवाकी, शूल र क्षयरोग ठिक गर्दछ ।

कट्फलं पौष्करं शृङ्गी मुस्ता त्रिकटुकं शठी। समस्तान्येकशो वाऽपि सूक्ष्मचूर्णानि कारयेत्॥
आर्द्रकस्वरसक्षौद्रैर्लिह्यात्कफविनाशनम्। शूलानिलारुचिच्छर्दिकासश्वासक्षयापहम्॥

काफल, कमलको जरा, गुनाभा, नागरमोथे, त्रिकटु र कपुरहलेदोलाई बेग्लाबेग्लै वा मिसाएर कुटी

धुलो बनाएर अदुवाको रस वा महसँग खाने गर्नाले कफविकार, शूल, वातविकार, अरुची, वाकवाकी, खोकी, **दम** र क्षयरोग नाश गर्दछ ।

कट्फलं पौष्करं कृष्णा शृङ्गी च मधुना सह । श्वासकासज्वरहरः श्रेष्ठो लेहः कफान्तकृत्॥

काफल, पुष्करमूल, पिप्ला र गुनाभाको चूर्णमा मह मिसाएर खाए **दम**, खोकी र जरो नाश हुन्छ ।

(घ) हारीत संहिता :

कट्फलं भूतृणं भार्ङ्गी शुण्ठी पर्पटकं वचा । सुराह्वं च जलशृतमुक्तञ्च पण्डितैस्तथा॥
मधुना संयुतं पानं ...श्वासे...॥

काफल (रूखको बोक्रा), रोहिष झार, चिण्डे, सुठो, पित्तपापडा, बोझो र देवदार मिसाएर काँढापानी पकाई सेलाएपछि मह मिसाएर पिउने गर्नाले **दम** रोगमा उत्तम ओखती हुन्छ ।

कुभिण्डो आदिको प्रयोग

(क) अर्कप्रकाश :

कूष्माण्डकशिफार्कस्तु कोष्णः श्वासंक्षणाद्धरेत् ।

कुभिण्डोको जराको अर्क तात्तातो पिउनाले दमरोग तुरुन्त निको हुन्छ ।

(ख) चिकित्सा चन्द्रोदय :

कुभिण्डो जराको रस वा धूलो अथवा पातको धूलो तातोपानीसँग खाने गर्नाले **दम** र खोकी चाँडै शान्त हुन्छ ।

(ग) भावप्रकाश संहिता :

कूष्माण्डकशिफाचूर्णं पीतं कोष्णेन वारिणा । शीघ्रं शमयति श्वासं कासञ्चापि सुदारुणम् ॥

कुभिण्डोको जराको धूलो मनतातो पानीसँग पिउने गर्नाले **दम** र कडा खोकी नाश हुन्छ ।

(घ) भैषज्य रत्नावली :

कूष्माण्डकानां चूर्णं तु पेयं कोष्णेन वारिणा । शीघ्रं प्रशमयेच्छ्वासं कासं चैव सुदारुणम् ॥

कुभिण्डोको धूलो मनतातो पानीमा घोलेर (बिहानबेलुकी) खाने गर्नाले डरलाग्दो **दम** र खोकी चाँडै शान्त हुन्छ ।

(ङ) वङ्गसेन आयुर्वेद :

कूष्माण्डकसिताचूर्णं पीतं कोष्णेन वारिणा । शीघ्रं शमयति श्वासं कासञ्चैव सुदारुणम् ॥

कुभिण्डोको र मिश्रीको धूलो तातोपानीसँग खाने गर्नाले कडाखालको **दमरोग** र खोकी चाँडै नाश हुन्छ ।

(च) शार्ङ्गधर संहिता :

निष्कुलीकृत्य कूष्माण्डखण्डात् पलशतं पचेत् ॥ निक्षिप्य द्वितुलं नीरमर्धशिष्टञ्च गृह्यते ।
तानि कूष्माण्डखण्डानि पीडयेद् दृढवाससा ॥ आतपे शोषयेत्किञ्चिच्छूलाग्रैर्बहुशो व्यधेत् ।
क्षिप्त्वा ताम्रकटाहे च दद्यादष्टपलं घृतम् ॥ तेन किञ्चिद्भर्जयित्वा पूर्वोक्तं तज्जलं क्षिपेत् ।

खण्डं (खण्डात्) पलशतं दत्त्वा सर्वमेकत्र पाचयेत्॥ सुपक्वे पिप्पली शुण्ठी जीरकं द्विपलं पृथक् । पृथक्पलार्धं धान्याकं पत्रैलामरिचं त्वचम्॥ चूर्णीकृत्य क्षिपेत्तत्र घृतार्धं क्षौद्रमावपेत् । खादेदग्निबलं दृष्ट्वा रक्तपित्ती क्षय(यी)ज्वरी॥ शोषतृष्णाभ्रम(वमि)च्छर्दिश्वासकासक्षतातुरः । कूष्माण्डकावलेहोऽयं बालवृद्धेषु युज्यते॥ उरःसन्धानकृद्वृष्यो बृंहणो बलकृन्मतः ।

पाकेको कुभिण्डोको बाहिरी बोक्रा खुर्केर तथा भित्रका बियाँ निकालेर चार किलो (सय पल) बीचको गुदीलाई ससाना टुक्रा पार्नू । यसलाई ९.६ लिटर पानीमा हाली उमाल्नू । जब आधा पानी बाँकी रहन्छ तब भिकी पानी निथारेर एकतिर राख्नू । त्यसपछि कुभिण्डोलाई एउटा सफा कपडामा बाँधेर पानी निचोर्नू । हल्का आगोमा तताएर फेरी हल्का पानी सुकाउनू र भिरले धेरै पटक घोप्नू (खुँड्नू)। त्यसपछि त्यो कुभिण्डाका टुक्रालाई कुनै तामाको भाँडामा ३२० ग्राम (आठ पल) घिउमा मन्द आँचमा भुट्नू । यसपछि यो भुटेको कुभिण्डोलाई पहिले निचोरेर राखेको यसैको रसमा हाली चार किलो मिस्री मिसाएर पकाउनू । पाकेपछि पिप्ला, सुठो र जीरा ८०, ८० ग्राम तथा धनियाँ, तेजपात, मरिच र दालचिनी २०, २० बीस ग्राम लिई धुलो बनाएर त्यो पकाइएको कुभिण्डोमा मिसाउनू । यसपछि १६० ग्राम मह मिसाउनू । यसरी कूष्माण्ड अवलेह तयार हुन्छ । यो अवलेहलाई रोगीले आफ्नो क्षमता अनुसार खानू । यो खानाले रक्तपित्त, क्षयरोग, जरो, सुकेनास, तिर्खा, भ्रम, वाकवाकी, **दम**, खोकी र उरक्षत रोग नाश गर्दछ । यो अवलेह वालक र वृद्धका लागि उपयोगी हुन्छ । यो अवलेहले छातीमा आउने अन्नको रसलाई शुद्ध बनाउँदछ । यसले स्त्री-प्रसङ्गको चाहना उत्पन्न गर्दछ, वीर्यवर्धक र पौष्टिक हुन्छ ।

केरा आदिको प्रयोग

(क) भावप्रकाश संहिता, वङ्गसेन आयुर्वेद :

रम्भाकुन्दशिरीषाणां कुसुमं पिप्पलीयुतम् । पिष्ट्वा तण्डुलतोयेन पीत्वा श्वासमपोहति ॥

केरा, कुन्दपुष्प र शिरीष : यी तीन थरी फूललाई बराबर लिई पिप्ला पनि बराबर हालेर पिसी चौलानीसँग पिउने गर्नाले **दम** नाश हुन्छ ।

कैथ आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग हृदय :

...स्वरसं वा कपित्थजम्॥

जुन दमको रोगीको कफ बढेको छ उसले कैथको रस महमा मिसाएर चाट्नू ।

रसेन वा कपित्थस्य धात्रीसैन्धवपिप्पलीः ।

जुन दमका रोगीको कफ बढेको छ उसले कैथको रसमा अमला, सिँधेनुन र पिप्लाको धूलो मिसाएर चाट्नू ।

(ख) चिकित्सा चन्द्रोदय :

कैथको रसमा मह मिसाएर खाने गर्नाले **दम** नाश हुन्छ । कैथको रसमा अमला, पिप्ला र सिँधेनुन मिसाएर खाने गर्नाले **दम** नाश हुन्छ ।

क्षार (खार) वनाउने विधि र प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता :

क्षारवृक्षस्य काष्ठानि शुष्काण्यग्नौ प्रदीपयेत् । नीत्वा तद्भस्म मृत्पात्रे क्षिप्त्वा नीरे चतुर्गुणे ॥
विमर्द्य धारयेद्रात्रौ प्रातरक्षजलन्नयेत् । तन्नीरं क्वाथयेद्वह्नौ यावत् सर्वं विशुष्यति ॥
ततः पात्रात् समुल्लिख्य क्षारो ग्राह्यः सितप्रभः ।
चूर्णाभः प्रतिसार्यः स्यात् पेयः स्यात् क्वाथवत्स्थितः ॥
इति क्षारद्वयं धीमान् युक्तकार्येषु योजयेत् ।

खार बनाउने वृक्षका बोट पाँचै अङ्ग सहित लेराई सुकाएर डढाउनू । जब खरानी हुन्छ तब त्यो खरानीलाई कुनै माटाका भाँडामा हाली खरानीको चार गुना पानी हाली घोलेर राख्नू । यसरी एक रात राखेपछि भोलिपल्ट बिहान त्यो भाँडोका मास्तिरको निथारिएको पानी फलामको कराहीमा निथार्नू । अनि कराहीलाई आगोमा बसाली उमाल्दै पानी सुकाउनू । पानी सुकेपछि कराहीका चारैतिर सेतो रङका खारको धुलो टाँसिएर बसेको हुन्छ । यसलाई निकाल्नू । यस्तो क्षारलाई “प्रतिसार्य” भनिन्छ । **यो खारलाई दम आदि रोगमा खान दिनू ।** काँढापानी जस्तो क्षारलाई “पेय” भनिन्छ । यस्तो क्षारलाई गुल्म आदि रोगमा खान दिनू । यसरी धुलो र तरल गरी क्षार दुई किसिमको हुन्छ ।

खयर आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता : खदिरारिष्ट

खदिरस्य तुलाऽर्द्धन्तु देवदारु च तत्समम् । वाकुची द्वादशपला दार्वी स्यात्पलविंशतिः॥
त्रिफला विंशतिपला ह्यष्टद्रोणेऽम्भसः पचेत् । कषाये द्रोणशेषे च पूते शीते विनिक्षिपेत्॥
तुलाद्वयं माक्षिकस्य तुलैका शर्करा मता । धातक्या विंशतिपलं कङ्कोलं नागकेशरम्॥
जातीफलं लवङ्गैलात्वक्पत्राणि पृथक्पृथक् । पलोन्मितानि कृष्णाया दद्यात्पलचतुष्टयम्॥
घृतभाण्डे विनिक्षिप्य मासादूर्ध्वं पिबेत्ततः(न्नरः) । महाकुष्ठानि हृद्रोगं पाण्डुरोगार्बुदं तथा॥
गुल्मं ग्रन्थिं कृमीञ्श्वासं कासं प्लीहोदरन्तथा । एष वै खदिरारिष्टः सर्वकुष्ठनिवारणः॥

खयरको बोक्रा आधा तुला, त्यति नै बराबर देवदार, बकुची बाह्र पल, चुत्रो बीस पल र त्रिफला बीस पल सबै धुलो पारी आठ द्रोण पानीमा हाली एक द्रोण पानी बाँकी नहुँदासम्म पकाउनू । यसपछि झिकेर छान्नू र सेलाए पछि दुई तुला मह, एक तुला शक्खर वा मिस्री, धयेँरोको फूलको धुलो बीस पल, अनि फलकपूर, नागकेशर, जाइफल, ल्वाङ, अलैंची, दालचिनी र तेजपात सबै एक एक पल एवं पिप्ला चार पल : यी सबै कुटी धुलो पारेर यसमा हाल्नू । यो रसलाई घिउ हालिएको चिल्लो भाँडामा मुख टम्म बन्द गरेर एक महिनासम्म राख्नू । एक महिनापछि खदिरारिष्ट तयार हुन्छ । यसले महाकुष्ठ, मुटुका रोग, पाण्डु, अर्बुद, गुल्म, शरीरका गाँठागुँठी, कीरा, **दम**, खोकी, फियोका रोग, पेटका रोग र सबै खालका कुष्ठरोग नाश गर्दछ ।

गन्धक आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

शुद्ध गन्धक ३ मासा, कालो मरिच ३ मासा र गाईको घिउ १२ ग्राम मिसाई पिसेर १५ दिनसम्म खानू । **दम**, खोकी र क्षयरोगमा आराम हुन्छ ।

(ख) भैषज्य रत्नावली :

गन्धकं मरिचं साज्यं श्वासकासक्षयापहम् । गन्धकं घृतयोगेन श्वासकासक्षयापहम्॥

प्रशोधित गन्धकको धूलो र मरिचको धूलो घिउसँग खाने गर्नाले अथवा शुद्ध गन्धकको धूलो घिउसँग खाने गर्नाले **दम**, खोकी र क्षयरोग नाश हुन्छ ।

(ग) रसरत्न समुच्चय :

गन्धकं मरिचं साज्यं पिबेच्छ्वासकफापहम् ।

शुद्ध गन्धक र मरिचको धूलो घिउमा मिसाएर खाने गर्नाले **दम** र कफविकार नाश हुन्छ ।

(घ) रसरत्नाकर :

गन्धकं मरिचं साज्यं पिबेद्वातकफापहम् । गन्धकं घृतपानेन श्वासयक्ष्मक्षयापहम्॥

गन्धक, कालो मरिच र घिउ मिसाएर खाने गर्नाले वातविकार कफविकार नाश हुन्छ । अथवा गन्धक मात्र घिउसँग खानाले **दम**, टीबी र क्षयरोग नाश हुन्छ ।

गहत आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

कुलत्थदशमूलानां क्वाथे स्युर्जाङ्गला रसाः ॥ यूषाश्च शिग्रुवार्ताककासघ्नवृषमूलकैः ।
पल्लवैर्निम्बकुलकबृहतीमातुलुङ्गजैः ॥ व्याघ्रीदुरालभाशृङ्गीबिल्वमध्यत्रिकण्टकैः ।

गहत र दशमूलको काँढापानी पकाउनू । त्यसमा हरिण आदि जाङ्गल जीवको मासुको रस हाल्नू । अनि सजिवन, भन्टा, कासघ्न (करौंदी), असुरो र मूला मिसाएर अथवा नीम, परबर, वनभण्टा र बिमिरोका पात मिसाएर अथवा कण्टकारी, दुरालभा, कर्कटशृङ्गी, बेलको गुदी र ओदानेकाँढो हालेर यूष (सुप) बनाउनू (र **दम**का रोगीलाई पिउन दिनू) ।

(ख) चक्रदत्त : कुलत्थादिक्वाथ

कुलत्थनागरव्याघ्रीवासाभिः क्वथितं जलम् । पीतं पुष्करसंयुक्तं हिक्काश्वासनिवर्हणम् ॥

गहत, सुठो, कण्टकारी र असुरो हालेर पकाइएको काँढापानीमा पुष्करमूलको धूलो हालेर खाने गर्नाले बाडुलीरोग र **दम** नाश हुन्छ ।

कुलत्थगुड

कुलत्थं दशमूलं च तथैव द्विजयष्टिका । शतं शतं च संगृह्य जलद्रोणे विपाचयेत् ॥
पादावशेषे तस्मिंस्तु गुडस्यार्द्धतुलां क्षिपेत् । शीतीभूते च पक्वे च मधुनोऽष्टौ पलानि च ॥
षट् पलानि तुगाक्षीर्याः पिप्पल्याश्च पलद्वयम् । त्रिसुगन्धिकयुक्तं तत्खादेदग्निबलं प्रति ॥
श्वासं कासं ज्वरं हिक्कां नाशयेत्तमकं तथा । प्रतिशतं द्रोणनियमाज्ज्ञेयं द्रोणत्रयं त्विह ॥

गहत, दशमूल र चिण्डे सय सय पल लिनू । तीन द्रोण पानीमा हालेर पकाउन थाल्नू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । छानेको काँढापानीमा पचास पल पुरानो सक्खर हालेर पुनः पकाउन थाल्नू । लदरो हुन थालेपछि झिकेर सेलाउन दिनू । सेलाएपछि मह बत्तीस तोला, वंशलोचन चौबीस तोला, पिप्ला आठ तोला तथा दालचिनी, सुकुमेल र तेजपातको धूलो मिसाएर आठ तोला हाली घोल्नू । यो ओखती आफ्नो पचाउन सक्ने क्षमता विचार गरी यथोचित मात्रामा खाने गर्नू । यो ओखतीले **दम**, खोकी, जरो, बाडुलीरोग र **तमकश्वास नामक दमरोग** नाश गर्दछ । प्रति तुलामा एक द्रोणका सिद्धान्त अनुसार यहाँ पानी तीन द्रोण प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

(ग) चिकित्सा चन्द्रोदय :

गहत, सुठो, कण्टकारी, असुरो र पुष्करमूलको धूलो मिसाएर जम्मा २४ ग्राम हाली काँढापानी पकाउनू । यो काँढापानी पिउने गर्नाले **दम** र बाडुली रोग नाश हुन्छ ।

(घ) भैषज्य रत्नावली : कुलत्थगुड

कुलत्थं दशमूलं च तथैव द्विजयष्टिका । शतं शतं च संगृह्य जलद्रोणे विपाचयेत्॥
पादावशेषे तस्मिंस्तु गुडस्यार्द्धतुलां क्षिपेत् । शीतीभूते च पक्वे च मधुनोऽष्टौ पलानि च॥
षट् पलानि तुगाक्षीर्य्याः पिप्पल्याश्च पलद्वयम् । त्रिसुगन्धि सुगन्धं तत् खादेदग्निबलं प्रति॥
श्वासं कासं ज्वरं हिक्कां नाशयेत्तमकं तथा॥

गहत, दशमूल र चिण्डे सय सय पल लिनू । एक द्रोण पानीमा हालेर पकाउन थाल्नू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । छानेको काँढापानीमा पचास पल पुरानो सक्खर हालेर पुनः पकाउन थाल्नू । लदरो हुन थालेपछि झिकेर सेलाउन दिनू । सेलाएपछि मह बत्तीस तोला, वंशलोचन चौबीस तोला, पिप्ला आठ तोला तथा दालचिनी, सुकुमेल र तेजपातको धूलो मिसाएर आठ तोला हाली घोल्नू । यो ओखती आफ्नो पचाउन सक्ने क्षमता विचार गरी यथोचित मात्रामा खाने गर्नू । यो ओखतीले **दम**, खोकी, जरो, बाडुलीरोग र **तमकश्वास नामक दमरोग** नाश गर्दछ ।

(ङ) रसरत्नाकर : अथ कुलत्थषट्पलंघृतम्

कुलत्थाद्दशमूलाच्च भाङ्गर्याः प्रस्थं पृथक् पृथक् । क्वाथयित्वा जलद्रोणे पादशेषे विपाचयेत्॥
द्विक्षीरं सर्पिषः प्रस्थं सक्षारैः पञ्चकोलकैः । पलिकैस्तर्जयेत्सिद्धं श्वासं कासं सपीनसम्॥
प्लीहहिक्काग्रहण्यर्शो गुल्मांश्च विषमज्वरान् । कुलत्थ षट्पलं सर्पिर्बलवर्णाग्निदीपनम्॥

गहत, दशमूल र चिण्डे एक एक प्रस्थ लिई एक द्रोण पानीमा हाले पकाउनू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि दुई गुना दूध, एक प्रस्थ घिउ तथा जवाखार, सज्जिखार र पञ्चकोल एक एक पल हालेर विधिपूर्वक घिउ पकाउनू । यो घिउले **दम**, खोकी, पिनास, फियोका रोग, बाडुलीरोग, ग्रहणी, हर्सा, गुल्म र विषमज्वर नाश गर्दछ । यो कुलत्थषट्पलघृतले बल, वर्ण र पाचनशक्तिलाई बढाउँदछ ।

अथ कुलत्थगुड

कुलत्थोदशमूलञ्च तथैवद्विजयष्टिका । शतं शतञ्च संगृह्य जलद्रोणे विपाचयेत्॥
पादावशेषे तस्मिंश्च गुडस्यार्द्धतुलां क्षिपेत् । शितीभूते च पक्वे च मधुनोऽष्टौपलानि च॥
षट्पलञ्च तुगाक्षीर्य्याः पिप्पल्याश्च पलद्वयम् । त्रिसुगन्धिसुगन्धं तत्खादेदग्निबलंप्रति॥
श्वासं कासं ज्वरं हिक्कां नाशयेत्तमकान्तथा॥
(क्वाथत्रये जलद्रोणत्रयमेव । पिप्पलीमान सान्निध्यात्त्रिसुगन्धिपलद्वयम्) ।

गहत, दशमूल र चिण्डे सय सय पल लिनू । तीन द्रोण पानीमा हालेर पकाउन थाल्नू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । छानेको काँढापानीमा पचास पल पुरानो सक्खर हालेर पुनः पकाउन थाल्नू । लदरो हुन थालेपछि झिकेर सेलाउन दिनू । सेलाएपछि मह बत्तीस तोला, वंशलोचन चौबीस तोला, पिप्ला आठ तोला तथा दालचिनी, सुकुमेल र तेजपातको धूलो मिसाएर आठ तोला हाली घोल्नू । यो ओखती आफ्नो पचाउन सक्ने क्षमता विचार गरी यथोचित मात्रामा खाने गर्नू । यो ओखतीले **दम**, खोकी, जरो, बाडुलीरोग र **तमकश्वास नामक दमरोग** नाश गर्दछ । प्रति तुलामा एक

द्रोणका सिद्धान्त अनुसार यहाँ पानी तीन द्रोण प्रयोग गर्नुपर्दछ । पिप्लाको परिमाण हेरी त्रिसुगन्ध दुई पल प्रयोग गर्नू) ।

अथ बृहत्कुलत्थगुड

चतुष्पलं मूलकशुण्ठिकायास्तथैव शुद्धस्य कुलत्थकस्य ।
तुलां प्रदद्याद्दशमूलकस्य द्रोणेऽम्भसः सर्वमिदं पचेच्च ॥
पूते रसे पादचतुर्थ शेषे प्रस्थप्रमाणं रसमार्द्रकस्य ।
दत्त्वा हविस्तैल पलाष्टकञ्च गुडस्य शुद्धस्य तुलां पचेच्च ॥
चूर्णैर्युतं जीरकचव्यश्रृङ्गीभार्ङ्गीत्रिसौन्धिककट्फलैश्च ।
मुस्तायवानीशठिपुष्करैश्च सव्योषकैरर्द्धपलप्रमाणैः ॥
अर्द्धां क्षिपेन्माक्षिकप्रस्थमात्रां पथ्याशनः स्यादुपयोगकाले ।
कफोद्भवा ये च विकारजाताः श्वसः सकासो हृदयक्षतश्च ॥
हृत्पार्श्वशूलज्वरवान्तितृष्णास्वरक्षयारोचकवह्निसादाः ।
तेना शमायान्तयुपयोगकाले कुलत्थसंज्ञस्यगुडस्य शीघ्रम् ॥

पिप्लाको जरा, सुठो र गहत १६, १६ तोला तथा दशमूल ४०० तोला १०२४ तोला पानीमा हालेर पकाउनू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि अदुवाको रस ६४ तोला, घिउ ३२ तोला, तेल ३२ तोला, सक्खर ४०० तोला मिसाउनू । जस्रा, चाभो, कर्कटश्रृङ्गी, चिण्डे, दालचिनी, अलैंची, तेजपात, काफल, नागरमोथे, ज्वानु, कचूर, पुष्करमूल, सुठो, मरिच र पिप्ला दुई दुई तोला हाल्नू । सेलाएपछि मह ६४ तोला मिसाउनू । यो ओखती खाएर शरीरले हुने खानपिन गर्नू । यो कुलत्थगुड नामको ओखतीले कफविकार, **दम**, छातीको घाउ, मुटुको शूल, कोखाको शूल, जरो, वाकवाकी, तिर्खारोग, स्वरक्षय, अरुचि र मन्दाग्नि नाश गर्दछ ।

(च) वङ्गसेन आयुर्वेद :

कुलित्थयवकोलाम्लदशमूलबलाजलम् । पानार्थं कल्पयेत्कासहिक्काश्वासनिवृत्तये ॥

खोकी, बाडुलीरोग र **दमरोग** नाश गर्नका लागि गहत, जौ, अमिलो बयर, दशमूल र बलु हाली काँढापानी पकाएर पिउने गर्नू ।

कुलित्थनागरव्याघ्रीवासाभिः क्वथितं जलम् । पीतं पौष्करसंयुक्तं श्वासकासनिवारणम् ॥

गहत, सुठो, कण्टकारी र असुरो हाली पकाइएको काँढापानीमा पुष्करमूलको धूलो हाली पिउने गर्नाले **दम** र खोकी नाश हुन्छ ।

कुलित्थदशमूलानां क्वाथे स्युर्जाङ्गला रसाः । ... हिक्काश्वासनिवारणः ॥

गहत र दशमूलको काँढापानीमा जाङ्गल जीवजन्तुको मासुको रस हालेर पिउने गर्नाले बाडुली रोग र **दमरोग** नाश हुन्छ ।

कुलित्थाद्यघृत

कुलित्थरससंयुक्तं पञ्चकोलश्रृतं घृतम् । दीपनं श्वासकासघ्नं कफव्याधिहरं परम्॥

गहतको रस र पञ्चकोलको काँढापानीमा विधिपूर्वक पकाइएको घिउले पचानशक्ति बढाउँदछ तथा **दम**, खोकी र कफविकार नाश गर्दछ ।

द्वितीयकुलित्थाद्यघृत

कुलित्थदशमूलञ्च तथा ब्राह्मणयष्टिका । प्रस्थं प्रस्थञ्च संगृह्य वारिद्रोणेन साधयेत्॥
पादशेषे रसे तस्किन् घृतप्रस्थं विपाचयेत् । क्षीरकं द्विगुणं दत्वा कल्कितैः पञ्चकोलकैः ॥
सक्षारैः पलिकैः सर्वैः शनैर्मृद्वग्निना पचेत् । कासश्वासहरश्चैव हिक्काञ्च विषमज्वरम्॥
हन्यात्तथार्शो ग्रहणी हृद्रोगारुचिपीनसान् । गुल्मं प्लीहामयं हन्याद्बलवर्णाग्निवर्धनम्॥
अग्निसन्दीपनश्चैव कौलित्थं षट्पलं घृतम्॥

गहत, दशमूल र चिण्डे एक एक प्रस्थ एक द्रोण पानीमा हाली पकाउनू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि भिक्नू र छान्नू । त्यसमा एक प्रस्थ घिउ, दोब्बर दूध, पञ्चकोल र जवाखारको धूलो चार चार तोला हाली सानो आगो बालेर पुनः पकाउनू । यो घिउले खोकी, **दम**, बाडुलीरोग, विषमज्वर, हर्सा, ग्रहणी र मुटुका रोग, अरुचि, पिनास, गुल्म र फियोका रोग नाश गर्दछ । बल, वर्ण र पाचनशक्ति बढाउँदछ । यो कौलित्थषट्पल नामक घिउले पाचक-अग्निलाई पनि बाल्दछ ।

कुलित्थगुड

कुलित्थं दशमूलञ्च तथैव द्विजयष्टिका । शतं शतञ्च संगृह्य जलद्रोणे विपाचयेत्॥
पादावशेषे तस्मिंस्तु गुडस्यार्धतुलां क्षिपेत्॥ शीतीभूते च पक्वे च मधुनोऽष्टौ पलानि च॥
षट्पलानि तुगाक्षीर्य्याः पिप्पल्याश्च पलद्वयम् । त्रिसुगन्धि सुगन्धञ्च खादेदग्निबलं प्रति॥
श्वासं कासं ज्वरं हिक्कां नाशयेत्तमकं तथा । योगसन्दर्शनादत्र वृद्धवैद्योपदेशतः॥
जलं चतुर्गुणं देयं स्वल्पत्वाद्द्रोणवारिणा । मानसान्निध्यसंवादाद्द्विपलं त्रिसुगन्धिनः॥

गहत, दशमूल र चिण्डे सय सय पल लिई एक द्रोण जलमा हालेर पकाउनू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि भिकेर छान्नू । छानेको काँढापानीमा पचास पल सक्खर हालेर पुनः पकाउन थाल्नू । लदरो भएपछि भिकेर वंशलोचन छ पल, पिप्ला दुई पल, र त्रिसुगन्धको धूलो दुई पल लगायत अन्य सुगन्धी ओखतीको धूलो हाल्नू । सेलाएपछि मह आठ पल मिसाउनू र कुनै चिल्लो भाँडामा राख्नू । यो ओखतीले **दम**, जरो, बाडुलीरोग, र **तमक नामक दमको रोग** पनि नाश गर्दछ । अनेक थरी मिश्रण हेरेर तथा पाका वैद्यजनको उपदेशलाई ख्याल गरी यहाँ पानी चौबर हाल्नु पर्दछ । किन कि यहाँ सानो द्रोणको नापो लिइएको छ । यसैगरी त्रिसुगन्धी ओखती दुई पल लिनुपर्दछ ।

गहुँ आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

गहुँको सातू ५० ग्राम, चिनी १०० ग्राम, पेस्ताका दाना १२ ग्राम, लौकाको बीजको गुदी १२ ग्राम र पानी आधा सेर कडा भएको कराहीमा हालेर पकाउनू । लदरो भएपछि झिक्नू । यो ओखती खाने गर्नाले **दम**, खोकी, कलेजोमा हुने पीडा, थाङ्नेजरो, र आन्द्रामा पर्ने गाँठिरोग नाश हुन्छ । शरीर फुर्तिलो र तागतिलो हुन्छ ।

(ख) भावप्रकाश निघण्टु : अङ्गारकर्कटी

**शुष्कगोधूमचूर्णन्तु साम्बु गाढं विमर्दयेत् । विधाय वटकाकारं निर्धूमेऽग्नौ शनैः पचेत्॥
अङ्गारकर्कटी ह्येषा बृंहणी शुक्रला लघुः । दीपनी कफकृद्बल्या पीनसश्वासकासजित्॥**

सुक्खा गहुँको पिठोमा पानी हालेर राम्ररी मुछ्नू । अनि बारा जस्ता गोला चक्की बनाएर धुवाँ नआउनॆ आगाको भुङ्ग्रोमा बिस्तार बिस्तार सेक्नू । जब पाक्दछ तब यसलाई अङ्गारकर्कटी भनिन्छ । यो पौष्टिक, शुक्रवर्धक, पचाउन हलुका, पाचकाग्नि वर्धक, कफविकार गर्ने, बलदायक तथा पिनास, **दम** र खोकी नाशक हुन्छ ।

गुन्दरगानु आदिको प्रयोग

(क) अग्निपुराण :

श्वासवान्...पाठा तिक्ता कणा भार्गी अथवा मधुना लिहेत्॥

अथवा **दम**का रोगमा गुन्दरगानु, कटुकी, पिप्ला र चिण्डे मिसाएर महसँग चाट्नू ।

(ख) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

पाठां मधुरसां दारु सरलं निशि संस्थितम्॥ सुरामण्डेऽल्पलवणं पिबेत्प्रसृतसंमितम्।

सुरामण्डमा गुन्दरगानु, मरुइलहरो, देवदार र सल्लाको खोटोको धूलो (सरल) हाली रातभर राख्नू । त्यसपछि अलिकति नुन मिसाएर दुई दुई पलका दरले पिउने गर्नू । **दम** रोगमा लाभ दिन्छ ।

(ग) चरक संहिता :

पाठां मधुरसां रास्नां सरलं देवदारु च । प्रक्षाल्य जर्जरीकृत्य सुरामण्डे निधापयेत्॥
तं मन्दलवणं कृत्वा भिषक् प्रसृतसम्मितम्। पाययेत्तु ततो हिक्का श्वासश्चैवोपशाम्यति॥

गुन्दरगानु, मरुइलहरोको जरा, फ्याक्सेकन्द, सल्लो र देवदारलाई पानीले पखालेर सुकाउनू । त्यसपछि मोटा मोटा टुक्रा हुनेगरी कुटेर सुरामण्डमा डुबाएर राख्नू । सात आठ दिन बितेपछि छान्नू । वैद्यले यसमा अलिअलि नुन हालेर दुई दुई पलका दरले रोगीलाई खान दिनू । यो ओखती खाने गर्नाले बाडुलीरोग र **दम** शान्त हुन्छ । (आधुनिक मात्रा ३०-६० थोपा, खाने बेलामा हल्लाएर प्रयोग गर्नू ।) ।

गुर्जो आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

सामृताग्निकुलत्थैश्च यूषः स्यात् क्वथितैर्जले॥ तद्वत् रास्नाबृहत्यादिबलामुद्गैः सचित्रकैः ।

गुर्जो, चितू र गहत पानीमा पकाएर अथवा फ्याक्सेकन्द, बनभण्टा आदि जस्ता लघुपञ्चमूल, बलु, चितू र मुगीलाई जलमा पकाएर सुप बनाउनू । (र **दमका रोगीलाई** खान दिनू) ।

(ख) चक्रदत्त : अमृतादिक्वाथ

अमृतानागरफञ्जीव्याघ्रीपर्णासससाधितः क्वाथः । पीतः सकणाचूर्णः कासश्वासौ जयत्याशु॥

गुर्जो, सुठो, चिण्डे, कण्टकारी र तुलसी हालेर पकाइएको काँढापानीमा पिप्लाको धूलो मिसाएर खाने गर्नाले खोकी र **दम** चाँडै नाश हुन्छ ।

गेरु आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग हृदय :

गैरिकाञ्जनकृष्णा वा ...।

जुन **दम**का रोगीको कफ बढेको छ उसले गेरु, रसाञ्जन र पिप्लाको धूलो महमा मिसाएर चाट्नू ।

(ख) चिकित्सा चन्द्रोदय :

गेरु, रसाञ्जन र पिप्लाको धूलो महसँग खाने गर्नाले **दम** नाश हुन्छ ।

घिउ आदिको प्रयोग

(ख) अष्टाङ्ग हृदय :

घृतक्षौद्रेण वा पथ्याविडङ्गोषणपिप्पलीः॥

जुन **दम**का रोगीको रोगीको कफ बढेको छ उसले घिउ र महमा हर्रो, वायुविडङ्ग, मरिच र पिप्लाको धूलो मिसाएर चाट्नू ।

अर्धांशेन पिबेत्सर्पिः क्षारेण पटुनाऽथवा॥ धान्वन्तरं वृषघृतं दाधिकं हपुषादि वा ।

घिउको आधा जवाखार वा सिँधेनुन मिसाएर धान्वन्तरघृत (चि.अ.१२ प्रमेह रोग), वृषघृत (चि.अ.२ रक्तपित्त रोग), दाधिक घृत (चि.अ.१४ गुल्मरोग), हवुषादिघृत (चि.अ.१५ उदररोग) खानाले **दम र बाडुली रोग** नाश हुन्छ ।

(क) चरक संहिता :

सुखोष्णं घृतमण्डं वा सैन्धवेनावचूर्णितम् । नावयेन्माक्षिकाविष्ठामलक्तकरसेन वा॥

अथवा घिउको माथितिरको सफा भागलाई थोरै तताएर त्यसमा अलिकति सिँधेनुनको धूलो हाली नस्य दिनू । अथवा लाहाको रसमा माक्षिकाको विष्ठा घोलेर नस्य दिनू ।

हिक्काश्वासानुबन्धा ये शुष्कोरःकण्ठतालुकाः । प्रकृत्या रूक्षदेहा ये सर्पिर्भिस्तानुपाचरेत्॥

बाडुली र **दम** रोग हुने जुन् मानिसको छाती, घाँटी र तालु सुक्ने गर्दछ तथा जसको शरीर जन्मजात रुखो छ त्यस्ता रोगीलाई घिउको प्रयोग गरेर उपचार गर्नू ।

जीवनीयोपसिद्धं वा सक्षौद्रं लेहयेद् घृतम् । त्र्यूषणं दाधिकं वाऽपि पिबेद्वासाघृतं तथा॥

जीवनीयगणका ओखती हालेर पकाइएको घिउ मह मिसाएर चटाउनू । अथवा त्र्यूषणाघृत वा दाधिकघृत अर्थात् हपुषाद्यघृत वा वासाघृत खाने गर्नू ।

चन्दन आदिको प्रयोग

(क) भैषज्य रत्नावली : चन्दनाद्यतैल

चन्दनाम्बु नखं वाप्य यष्टी शैलेयपद्मकम् । मञ्जिष्ठा सरलं दारु पटोला पूतिकेशरम् ॥
पत्रं शैलं मुरामांसी कक्कोलं वनिताऽम्बुदम् । हरिद्रे शारिवे तिक्ता लवङ्गागुरुकुङ्कुमम् ॥
त्वग्रेणुनलिकाश्चैभिस्तैलं मस्तु चतुर्गुणम् । लाक्षारसं समं सिद्धं ग्रहघ्नं बलवर्णकृत् ॥
रक्तपित्तक्षतक्षीणश्वासकासविनाशनम् । आयुःपुष्टिकरं चैव वाजीकरणमुत्तमम् ॥

रक्तचन्दन, सुगन्धवाल, नखी, कूट, जेठीमधु, शिलाकुङ्कुम, पेयुँ वा पिर्रे, मजिठो, सल्लाको धूप, देवदार, परबरका पात, रोहषि झार, कमलको केशर, तेजपात, सिलाजित, जटामसी, शीतलचिनी, दहीगुयैँलो, नागरमोथे, हलेदो, चुत्रो, दुई थरी अनन्तमूल, कटुकी, ल्वाङ, अगर, केशर, दालचिनी, रेणुका र नली नामक गन्द्रद्रव्य : यी ओखती बराबर लिनू । मिसाएर पिसी धूलो बनाउनू । यो धूलो १५ पल लिनू । तिलको तेल एक प्रस्थ, दहीको जारन चार प्रस्थ र लाहाको रस चार प्रस्थ समेत सबै मिसाएर विधिपूर्वक तेल पकाउनू । यो तेल ग्रहदोष नाशक तथा बल र वर्ण बढाउने गुणको हुन्छ । यसले रक्तपित्त, क्षतक्षीण, **दम**, खोकी आदि रोग नाश गरी आयु बढाउँदछ र शरीरलाई पुष्ट पार्दछ । यो उत्तम वाजीकर योग हो ।

चिण्डे आदिको प्रयोग

(क) अग्निपुराण :

श्वासवान्...अथवा भार्गी सयष्टिमधुसर्पिषा ।

अथवा दमका रोगमा चिण्डे र जेठीमधु घिउसँग खाने गर्नू ।

(ख) अष्टाङ्ग हृदय :

भार्ङ्गीशुण्ठ्यौ सुखाम्भोभिः क्षारं वा मरिचान्वितम्॥
स्वक्वाथपिष्टां लुलितां बाष्पिकां पाययेत वा ।

अथवा चिन्डे र सुठोको काँढापानीमा मरिच र जवाखार मिसाएर पिउने गर्नू । अथवा हिङ्गुपत्री (लुलिता ?) लाई यसैको काँढापानीमा पिसेर पिउन दिनू ।

(ग) चक्रदत्त, वैद्यरहस्य :

हिक्काश्वासी पिबेद्भार्ङ्गी सविश्वामुष्णवारिणा॥

बाडुली रोग र दमरोग हुनेले चिन्डे, सुठो र तातोपानी मिसाएर पिउने गर्नू ।

भार्ङ्गीगुडः

शतं संगृह्य भार्ङ्ग्यास्तु दशमूल्यास्तथापरम्॥
शतं हरीतकीनां च पचेत्तोये चतुर्गुणे । पादावशेषे तस्मिंस्तु रसे वस्त्रपरिष्कृते॥
आलोड्य च तुलां पूतां गुडस्य त्वभयां ततः । पुनः पचेत्तु मृद्वग्नौ यावल्लेहत्वमागतम्॥
सुशीते मधुनश्चात्र षट्पलानि प्रदापयेत् । त्रिकटु त्रिसुगन्धं च पलिकानि पृथक् पृथक्॥
कर्षद्वयं यवक्षारं संचूर्ण्य प्रक्षिपेत्ततः । भक्षयेदभयामेकां लेहस्यार्धपलं लिहेत्॥
श्वासं सुदारुणं हन्ति कासं पञ्चविधं तथा । स्वरवर्णप्रदो ह्येष जठराग्नेश्च दीपनः॥
पलोल्लेखागते माने न द्वैगुण्यमिहेष्यते । हरितकीशतस्यात्र प्रस्थत्वादाढकं जलम्॥

चिण्डेको जरा सय पल, दशमूलका ओखती सय पल र ठूलो जातको हर्रो सय वटा जम्मा पार्नू । हर्रोलाई कपडामा पोको पार्नू । अरु ओखती र हर्रोको पोको चौबर पानीमा हालेर पकाउन थाल्नू । जब पाक्दै जाँदा एक चौथाई पानी बाँकी रहन्छ तब झिकेर हर्रोलाई बेग्लै राख्नू र अरु काँढापानीलाई छान्नू । त्यो छानेको काँढापानीमा पुरानो सखर सय पल र त्यो हर्रो पोकोबाट झिकी हाली सानो आगो बालेर पकाउन थाल्नू । लदरो हुन थालेपछि झिक्नू । त्यसमा त्रिकटु, दालचिनी, सुकुमेल र तेजपातको धूलो चार चार तोला हाल्नू । जवाखार दुई तोला हाल्नू । बेस्सरी घोल्नू । सेलाएपछि चौबीस तोला

मह मिसाएर घोल्नू । यो ओखतीबाट हरेक दिन एउटा हर्रो र दुई तोला चटनी झिकेर खाने गर्नू । यसले डरलाग्दो दमरोग, पाँच प्रकारका खोकी, स्वरभेद र वर्णविकार जस्ता रोगहरू नाश गर्दछ । यहाँ पल भनेर परिमाण लेखिएको छ, यसैले चौबर नै हाल्नु पर्दछ । चौबरलाई पनि दोब्बर गरेर आठ गुना हाल्न हुँदैन । हर्रो सय वटा बराबर एक प्रस्थ हुन्छ । त्यसका लागि पनि चौबर अर्थात्एक आढक पानी नै प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

(घ) चरक संहिता :

भार्गीनागरयोः कल्कं मरिचक्षारयोस्तथा । पीतद्रुचित्रकास्फोतामूर्वाणां चाम्बुना पिबेत्॥

चिन्डे र सुठो अथवा कालोमरिच र जवाखार अथवा देवदार, चितू बनबेली र मरुईलहराको जरा : यी कुनै मिश्रणको धूलो मनतातो पानीसँग रोगीले पिउनू ।

(ङ) चिकित्सा चन्द्रोदय :

चिन्डेमा अति कम मह र घिउ मिसाई खाने गर्नाले दम नाश हुन्छ ।

(च) भावप्रकाश संहिता :

शतं सङ्गृह्य भाङ्गर्यास्तु दशमूल्यास्तथा शतम् । शतं हरीतकीनाञ्च पचेत्तोये चतुर्गुणे ॥
पादावशेषे तस्मिंस्तु रसे वस्त्रनिपीडिते । आलोड्य च तुलां पूतां गुडस्य त्वभयास्ततः ॥
पुनः पचेत्तु मृद्वग्नौ यावल्लेहत्वमेति तत् । शीते च मधुनस्तत्र षट्पलानि विनिक्षिपेत्॥
त्रिकटुं त्रिसुगन्धञ्च पलमात्रं पृथक् पृथक् । यवक्षारं कर्षयुग्मं सञ्चूर्ण्य प्रक्षिपेत्ततः ॥
भक्षयेदभयामेकां लेहस्यार्द्धपलं तथा । श्वासं सुदारुणं हन्ति कासं पञ्चविधं तथा ॥
अर्शांस्यरोचकं गुल्मं शकृद्भेदं क्षयं तथा । स्वरवर्णप्रदो ह्येष जठराग्नेश्च दीपनः ॥
नाम्ना भार्ङ्गीगुडः ख्यातो भिषग्भिः सकलैर्मतः ॥

चिन्डे चार सय तोला, दशमूल चार सय तोला र हर्रो चार सय तोला लिई अठचालीस सय तोला पानीमा पकाउनू । जब पाक्दै जाँदा एक चौथाई पानी बाँकी हुन्छ तब झिकेर कपडाले छान्नू । त्यसपछि त्यो छानिएको पानीमा चार सय तोला सक्खर, र हर्रो हालेर पुनः मन्द आँचमा बिस्तार पकाउनू । जब चटनी जस्तो लदरो हुन्छ तब झिक्नू । सेलाएपछि त्यसमा चौबिस तोला मह, सुठो चार तोला, मरिच चार तोला, पिप्ला चार तोला, दालचिनी चार तोला, तेजपात चार तोला, अलैंची चार तोला र जवाखारको धूलो दुई तोला मिसाएर बेस्सरी फिट्नू । यो चटनी दुई तोलालाई हरेक दिन एउटा हर्रोसँग खाने गर्नाले **अति नै डरलाग्दो दम**, पाँच किसिमका खोकी, अल्काई, अरुचि, गानुगोला, अतिसार र क्षयरोग नाश हुन्छ । यो ओखती “भार्ङ्गीगुड” नामले प्रसिद्ध छ । यसले स्वर खुलाउँदछ, वर्णमा निखार लेराउँदछ र पाचनशक्तिलाई पनि बाल्दछ । यो सबै वैद्यजनको मत हो ।

(छ) भैषज्य रत्नावली : भार्ङ्गीशर्करा

**भार्ङ्ग्याः शतार्द्धं वासायाः कण्टकार्याश्च पाचयेत् । चतुर्गुणं जलं दत्त्वा प्रस्थं च दशमूलकम्॥
जलाढके पचेत्तेन चतुर्थमवशेषयेत् । वस्त्रपूतं च तत्सर्वं सिताप्रस्थं ततः क्षिपेत्॥
उष्णेऽवतारिते तत्र चूर्णानीमानि दापयेत् । त्रिकटु त्रिफला मुस्तं तालीशं नागकेशरम्॥
भार्ङ्गी वचा श्वदंष्ट्रा च त्वगेलापत्रजीरकम् । यमानी चाजमोदा च वांशी कौलत्थजं रजः॥
कट्फलं पौष्करं श्रृङ्गी कोलमात्रं क्षिपेत्ततः । शीते क्षौद्रं प्रदातव्यं कुडवार्द्धं शुभे दिने॥
लिहेते पिचुमितं नित्यं प्रातर्वीक्ष्यानुपानतः । हन्ति पञ्चविधं कासं श्वासमेवं सुदारुणम्॥
यक्ष्माणं हन्ति हिक्कां च ज्वरं जीर्णं व्यपोहति॥**

एकातिर चिण्डेको जरा पचास पल, असुरोको बोक्रा पचास पल र कण्टकारी पचास पल पिसी चौबर पानीमा हालेर पकाउनू । अर्कोतिर दशमूल एक प्रस्थ एक आढक पानीमा हालेर पकाउनू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि दुबै काँढापानी झिकेर कपडाले छान्नू । त्यसपछि दुवै काँढापानी मिसाएर एक प्रस्थ मिश्री हालेर पकाउन थाल्नू । जब लदरो हुन थाल्दछ तब झिक्नू । त्यो लेदोमा त्रिकटु, त्रिफला, नागरमोथे, सुनपाती, नागकेशर, चिण्डे, बोझो, ओदानेकाँडो, दालचिनी, सुकुमेल, तेजपात, जीरा, ज्वानु, जङ्गली ज्वानु, वंशलोचन, गहत, काफल, पुष्करमूल र कर्कटश्रृङ्गी यी हरेक ओखतीको धूलो एक एक तोला हालेर मिसाउनू । सेलाएपछि १६ तोला मह मिसाउनू । यो ओखती एक एक कर्षका दरले शुभ दिन पारी बिहान बिहान खान शुरु गर्नू । ओखती खाएपछि यथोचित अनुपान गर्नू । यो ओखतीले पाँच प्रकारका खोकी, कडा खालको दम, क्षयरोग, बाडुली र थाङ्नेजरो नाश गर्दछ ।

भार्ङ्गीगुड

**शतं संगृह्य भार्ङ्ग्यास्तु दशमूल्यास्तथा शतम् । शतं हरीतकीनां च पचेत्तोये चतुर्गुणे॥
पादावशेषे तस्मिंस्तु रसे वस्त्रपरिस्रुते । आलोड्य च तुलां पूतां गुडस्य त्वभायां ततः॥
पुनः पचेत्तु मृद्वग्नौ यावल्लेहत्वमागतम् । शीते च मधुनश्चात्र षट् पलानि प्रदापयेत्॥
त्रिकटु त्रिसुगन्धं च पलिकानि पृथक्पृथक् । कर्षद्वयं यवक्षारं संचूर्ण्य प्रक्षिपेत्ततः॥
भक्षयेदभयामेकां लेहस्यार्धपलं लिहेत् । श्वासं सुदारुणं हन्ति कासं पञ्चविधं तथा॥
स्वरवर्णप्रदो ह्येष जठराग्नेश्च दीपनः ।
नाम्ना भार्ङ्गीगुडः ख्यातो भिषग्भिः सकलैर्मतः॥**

चिण्डेको जरा सय पल, दशमूलका ओखती सय पल र ठूलो जातको हर्रो सय वटा जम्मा पार्नू । हर्रोलाई कपडामा पोको पार्नू । अरु ओखती र हर्रोको पोको चौबर पानीमा हालेर पकाउन थाल्नू । जब पाक्दै जाँदा एक चौथाई पानी बाँकी रहन्छ तब झिकेर हर्रोलाई बेग्लै राख्नू र अरु काँढापानीलाई छान्नू । त्यो छानेको काँढापानीमा पुरानो सखर सय पल र त्यो हर्रो पोकोबाट झिकी हाली सानो आगो बालेर पकाउन थाल्नू । लदरो हुन थालेपछि झिक्नू । त्यसमा त्रिकटु, दालचिनी, सुकुमेल र तेजपातको धूलो चार चार तोला हाल्नू । जवाखार दुई तोला हाल्नू । बेस्सरी घोल्नू । सेलाएपछि चौबीस तोला मह मिसाएर घोल्नू । यो ओखतीबाट हरेक दिन एउटा हर्रो र दुई तोला चटनी झिकेर खाने गर्नू । यसले डरलाग्दो दमरोग, पाँच प्रकारका खोकी, स्वरभेद जस्ता रोगहरू नाश गर्दछ । आयुर्वेदका आचार्यहरूले यो ओखतीलाई भार्ङ्गीगुड नामले वर्णन गरेका छन् ।

(ज) वङ्गसेन आयुर्वेद : भार्ङ्गीगुड

शतं संगृह्य भार्ङ्ग्यास्तु दशमूल्यास्तथा परम् । शतं हरीतकीनाञ्च पचेत्तोये चतुर्गुणे ॥
पादावशेषे तस्मिंस्तु रसे वस्त्रनिपीडिते । आलोड्य च तुलां पूतां गुडस्य त्वभयां ततः ॥
पुनः पचेत्तु मृद्वग्नौ यावल्लेहत्वमागतम् । शीते च मधुनश्चात्र षट्पलानि प्रदापयेत् ॥
त्रिकटु त्रिसुगन्धञ्च पलिकानि पृथक् पृथक् । कर्षद्वयं यवक्षारं संचूर्ण्य प्रक्षिपेत्ततः ॥
भक्षयेदभयामेकां लेहस्यार्द्धपलं लिहेत् । श्वासं सुदारुणं हन्ति कासं पञ्चविधं तथा ॥
स्वरवर्णप्रदो ह्येष जठराग्निप्रदीपनः । हरीतकीशतस्यात्र प्रस्थत्वादाढकं जलम् ॥

चिण्डे, दशमूल र हर्रो सय सय पल लिई चौबर पानीमा पकाउनू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । यसमा सय पल सक्खर र अघिको हर्रो हाल्नू । बेस्सरी मोल्नू । सानो आगोमा पकाउनू । लदरो भएपछि झिक्नू । सेलाएपछि छ पल मह मिसाउनू । सुठो, मरिच, पिप्ला, दालचिनी, अलैंची र तेजपातको धूलो दुई दुई मिसाउनू । जवाखार दुई तोला मिसाउनू । हरेक दिन एउटा हर्रो र दुई तोला चटनी चाट्नू । यसले कडा खालको दमरोग र पाँच प्रकारका खोकी नाश गर्दछ । यसले स्वर र वर्ण दिन्छ तथा पाचक-अग्निलाई बाल्दछ । यहाँ हर्रो सय पल होइन कि सय वटा हर्रो लिनु पर्दछ । पानी एक आढक लिनुपर्दछ ।

(झ) सुश्रुत संहिता :

लिह्यात् क्षौद्रेण भार्गीञ्च सर्पिर्मधुसमायुताम् ॥

दमका रोगीले अथवा चिण्डेको धूलो घिउ र मह मिसाई चाट्ने गर्नू ।

भार्गीत्वक् त्र्यूषणं तैलं हरिद्रां कटुरोहिणीम् ॥ पिप्पलीं मरिचं चण्डां गोशकृद्रसमेव च ।

चिण्डेका बोक्रा, त्रिकटु, तेल, हलेदो, कटुकी, पिप्ला, मरिच, शिवलिङ्गी र गाईको गोबरको रस मिसाएर चाट्नू ।

चितु आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

पेया च चित्रकाजाजीशृङ्गीसौवर्चलैः कृता॥

चितु, जीरा, कर्कटशृङ्गी र सौंचर नुन हालेर बनाइएको पेया पिउन दिनू ।

(ख) शार्ङ्गधर संहिता : नारायण चूर्ण

चित्रकं त्रिफला व्योषं जीरकं हपुषा वचा॥ यवानी पिप्पलीमूलं शतपुष्पाऽजगन्धिका ।
अजमोदा शठी धान्यं विडङ्गं स्थूलजीरकम्॥ हेमाह्वा पौष्करं मूलं क्षारौ लवणपञ्चकम् ।
कुष्ठञ्चेति समांशानि विशाला स्याद् द्विभागिका॥ त्रिवृत् त्रिभागा विज्ञेया दन्त्या भागत्रयं भवेत् ।
चतुर्भागा शातला स्यात्सर्वाण्येकत्र चूर्णयेत्॥ पाचनं स्नेहनाद्यैश्च स्निग्धकोष्ठस्य रोगिणः ।
दद्याच्चूर्णं विरेकाय सर्वरोगप्रणाशनम्॥ हृद्रोगे पाण्डुरोगे च कासे श्वासे भगन्दरे ।
मन्देऽग्नौ (मन्दाग्नौ) च ज्वरे कुष्ठे ग्रहण्याञ्च गलग्रहे॥ दद्याद्युक्तानुपानेन तथाऽऽध्माने सुरादिभिः ।
गुल्मे बदरनीरेण विड्भेदे दधिमस्तुना॥ उष्णाम्बुभिरजीर्णे च वृक्षाम्लैः परिग(क)र्तिषु ।
उष्ट्रीदुग्धेनोदरेषु तथा तक्रेण वा गवाम्॥ प्रसन्नया वातरोगे दाडिमाम्भो(बु)भिरर्शसि ।
द्विविधे च विषे दद्याद् घृतेन विषनाशनम्॥ चूर्णं नारायणं नाम दुष्टरोगगणापहम् ।

चितूको बोक्रा, त्रिफला, त्रिकटु, हपुषा, बोझो, ज्वानु, पिप्लाको जरा, सुप, बाबरी, अजमोदा (ज्वानु विशेष), कपुरहलेदो, धनिया, वायुविडङ्ग, मुङ्ग्रेलो, चाँप, कमलको जरा, सज्जीखार, जवाखार, पाँच थरी नुन र कूट यी बराबर मात्रामा (एक एक तोला) लिई यसमा सानो ऐरेलुको जरा दुई भाग (दुई तोला); निशोध तीन तोला, अजयपाल तीन तोला, हात्तीकाने चार तोला मिसाई धुलो बनाउनू । यसपछि यो धुलो पाचन वा स्नेहन विधिको उपचार पछि पेट चिल्लो हुने रोगीलाई दिसा लगाउन खान दिएमा सबै रोग नाश हुन्छन् । हृदयरोग, पाण्डु, खोकी, **दम**, भगन्दर, कमजोर पाचनशक्ति, जरो, कुष्ठ, ग्रहणी र गलगाँडमा यो धुलो अनुपानसँग खानू । आध्मान रोगमा मद्यसँग खानू । गुल्मरोगमा बयरको काँढापानीसँग, कब्जियतमा दहि वा मस्तुसँग, अजीर्णमा तातोपानीसँग, मलद्वारमा कातरेको जसरी रोग्ने परिगर्ति रोगमा अमिलीपानीसँग, जलोदर आदि पेटका रोगमा उँटको दूधसँग वा गाईको तक्रसँग, वातविकारमा मद्यसँग, अल्काईमा दारिमको रससँग र दुबै किसिमका विषमा घिउसँग खानाले विषको असर रोग नाश हुन्छ । सबै खराब रोग नाश गर्ने यो चूर्णलाई नारायण चूर्ण भनिन्छ ।

चिराइतो आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता : अष्टादशाङ्ग काँढा

किरातकटुकीमुस्ताधान्येन्द्रयवनागरैः । दशमूलमहादारुगजपिप्पलिकायुतैः ॥
कृतः कषायः पार्श्वार्तिसन्निपातज्वरञ्जयेत् । कासश्वासवमीहिक्कातन्द्रा हृद्ग्रहनाशनः ॥

चिराइतो, कुटकी, नागरमोथे, धनिया, इन्द्रजौ, सुठो, दशमूल, देवदार र गजपिप्पलीको काँढाले कोखाको शूल र सन्निपातज्वर नाश हुन्छ । यसले खोकी, **दम**, वाकवाकी, बाडुली, तन्द्रा र मुटुदुख्ने रोग पनि नाश गर्दछ ।

छतिवन आदिको प्रयोग

(ख) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

स्वरसः सप्तपर्णस्य पुष्पाणां वा शिरीषतः ॥ हिध्माश्वासे मधुकणायुक्तः पित्तकफानुगे ।

बाडुली रोग र दमको रोगमा यदि पित्त र कफको प्रभाव मिसिएको छ भने छतिवन वा शिरीषको फूलको रसमा मह र पिप्ला मिसाएर पिउनू ।

(क) सुश्रुत संहिता :

सप्तच्छदस्य पुष्पाणि पिप्पलीश्चापि मस्तुना ।

दम र खोकीका रोगीले छतिवनका फूल र पिप्लाको धूलो दहीको पानीमा घोलेर पिउने गर्नू ।

जटामसी आदिको प्रयोग

(क) चक्रदत्त : हिंस्राद्यं घृतम्

हिंस्राविडङ्गपूतीकत्रिफलाव्योषचित्रकैः । द्विक्षीरं सर्पिषः प्रस्थं चतुर्गुणजलान्वितम् ॥१९॥
कोलमात्रैः पिबेत्तद्धि कासश्वासं व्यपोहति । अर्शांस्यरोचकं गुल्मं शकृद्भेदं क्षयं तथा ॥२०॥

जटामसी, वायुविडङ्ग, पूतिकरञ्ज, त्रिफला, त्रिकटु र चितूको जरा (छ, छ मासा) मिसाएर पिस्नू । यो पिसिएको लेदो वा धूलो चौबर पानी, एक प्रस्थ घिउ र दुई प्रस्थ दूधमा हालेर पकाउनू । यो घिउ एक एक कर्षका दरले खाने गर्नू । यसले खोकी र दम नाश गर्दछ । हर्सा, अरोचक, गुल्म, छेरपटी र क्षयरोग नाश गर्दछ ।

(ख) वङ्गसेन आयुर्वेद : हिंसाद्यघृत

हिंस्राविडङ्गपूतिकत्रिफलाव्योषचित्रकैः । द्विक्षारं सर्पिषः प्रस्थं चतुर्गुणजले प्लुतम् ॥
कर्षमात्रैः पचेत्तद्धि श्वासकासौ व्यपोहति । अर्शांस्यरोचकं गुल्मं शकृद्भेदं क्षयं तथा ॥

जटामसी, वायुविडङ्ग, लेकपाङ्गो, त्रिफला, त्रिकटु, चितू, जवाखार र सज्जिखारको धूलो एक प्रस्थ घिउ र चौबर पानीमा हालेर विधिपूर्वक घिउ पकाउनू । यो घिउ खाने गर्नाले दम, खोकी, हर्सा, अरोचक, गुल्म, मलभेद रोग र क्षयरोग नाश गर्दछ ।

(ग) सुश्रुत संहिता :

हिंस्राविडङ्गपूतीकत्रिफलाव्योषचित्रकैः ॥ द्विक्षीरं साधितं सर्पिश्चतुर्गुणजलाप्लुतम् ।
कोलमात्रैः पिबेत्तद्धि श्वासकासौ व्यपोहति ॥ अर्शांस्यरोचकं गुल्मं शकृद्भेदं क्षयं तथा ।

जटामसी, वायुविडङ्ग, करञ्ज, त्रिफला, त्रिकटु र चितू मिसाएर पिस्नू । यो पिसिएको लेदो वा धूलो चौबर पानी, एक प्रस्थ घिउ र दुई प्रस्थ दूधमा हालेर पकाउनू । यो घिउ एक एक कर्षका दरले खाने गर्नू । यसले खोकी र दम नाश गर्दछ । हर्सा, अरोचक, गुल्म, छेरपटी र क्षयरोग नाश गर्दछ ।

जनावर आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

गोगजाऽश्ववराहोष्ट्रखरमेषाजविड्रसम् । समध्वेकैकशो लिह्याद् बहुश्लेष्माऽथवा पिबेत्॥
चतुष्पाच्चर्मरोमास्थिखुरशृङ्गोद्भवां मषीम् । तथैव वाजिगन्धाया लिह्यात् छ्वासी कफोल्बणः ॥

जुन रोगीको कफ बढेको छ उसले गाई, हात्ती, घोडा, बनेल, उँट, गधा, भेडा र बाख्राको दिसाको बेग्लाबेग्लै रस मह मिसाएर पिउनू अथवा चाट्नू । कफ बढेका दमका रोगीले चारखुट्टे जनावरको छाला, रौँ, हाड, खुर र सिङको खरानी अथवा अश्वगन्धाको खरानी मह र घिउमा मिसाएर चाट्नू ।

स्तन्येन मक्षिकाविष्ठामलक्तकरसेन वा ॥

बाडुली रोग र दममा मक्षिकाको दिसा नारीको दूधमा अथवा लाहाको रसमा मिसाएर नस्य दिनू ।

(ख) चरक संहिता :

खराश्वोष्ट्रवराहाणां मेषस्य च गजस्य च । शकृद्रसं बहुकफे चैकैकं मधुना पिबेत्॥

अति नै कफले दुःख दिएका रोगीले गधाको, उँटको, बनेलको, भेडाको वा हात्तीको विष्ठाको रसमा मह मिसाएर पिउनू ।

मयूरपादनालं वा शलकं शल्लकस्य वा ॥
श्वाविज्जाण्डकचाषाणां रोमाणि कुररस्य वा । एकद्विशफशृङ्गाणि चर्मास्थीनि क्षुरांस्तथा ॥
सर्वाण्येकैकशो वाऽपि दग्ध्वा क्षौद्रघृतान्वितम् । चूर्णं लीढ्वा जयेत्कासं हिक्कां श्वासं च दारुणम्॥

मयुरको खुट्टाको नली, दुम्सीको काँडा, ठूलो दुम्सीको काँडा, जाण्डक (?) को रौँ, ठेउवा चरोका प्वाँख, चखेवाको प्वाँख; एक वा दुई खुर हुने पशुको सिङ, छाला, हाड र खुर : यी सबै मिसाएर बेग्लाबेग्लै जलाएर खरानी बनाई पिसेर घिउसँग चाट्नू । खोकी, बाडुलीरोग र कडा खालको दम नाश हुन्छ । (मात्रा खरानी २-४ रत्ती) ।

(ग) चिकित्सा चन्द्रोदय :

बाह्रसिँगे मृगको सिङ डढाएर खरानी बनाउनू । यो खरानीमध्येबाट पहिलो दिन एक मासा खरानी र तीन मासा मह मिसाएर खानू । दोश्रो दिन दुई मासा गर्दै एक एक मासा बढाउँदै १२ दिन खानू । त्यसपछि नखानू । दम रोग ठिक हुन्छ ।
गाई, हात्ती, घोडा, बनेल वा सुँगुर, उँट, गधा, भेडा र बाख्रा : यी जनावरमध्ये कुनै एकको विष्ठाको रसमा मह मिसाएर खाने गर्नाले दम नाश हुन्छ । घाँटी र छातीमा धेरै कफ जम्मा हुनेलाई यो ओखती उत्तम हुन्छ ।

गाईको गोबर वा घोडाको लिदीको रसमा मह र पिप्लाको धूलो मिसाएर खानाले दम र खोकी नाश हुन्छ ।

(घ) चक्रदत्त :

हिक्कां हरति प्रबलं श्वासं च नाशयत्याशु । शिखिपुच्छभूतिपिप्पलिचूर्णं मधुमिश्रितं लीढम्॥

मयुरको पुच्छर (प्वाँख) को खरानी र पिप्लाको धूलो महमा मिसाएर खाने गर्नाले अति बलियो बाडुलीरोग र धेरै बढेको दमरोग पनि नाश हुन्छ ।

(ङ) भैषज्य रत्नावली :

हिक्कां हरति प्रबलां श्वासं चातीव दारुणं जयति ।
शिखिपुच्छभस्मपिप्पलिचूर्णं मधुमिश्रितं लीढम्॥

मयुरको पुच्छर (प्वाँख) को खरानी र पिप्लाको धूलो महमा मिसाएर खाने गर्नाले अति बलियो बाडुलीरोग र धेरै बढेको **दमरोग** पनि नाश हुन्छ ।

(च) वङ्गसेन आयुर्वेद :

श्वाविधः सूचका दग्धा सक्षौद्रघृतशर्करा॥ श्वासकासहरा बर्हिपादौ वा मधुसर्पिषा॥

दुम्सीका काँढा डढाएर बनाइएको खरानीमा मह, घिउ र मिश्री मिसाएर खाने गर्नाले अथवा मयुरको प्वाँख यसरी नै खाने गर्नाले दम र खोकी नाश हुन्छ ।

(छ) सुश्रुत संहिता :

गवां पुरीषस्वरसं मधुसर्पिःकणायुतम्॥ लिह्याच्छ्वासेषु कासेषु वाजिनां वा शकृद्रसम् ।

दम र खोकीको रोगमा गाईको गोबरको स्वरसमा अथवा घोडाको लिदीको स्वरसमा घिउ, मह र पिप्लाको धूलो मिसाएर पिउने गर्नू ।

जयपाल आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

एउटा जयपाल (अजयपालको बीज, जमालगोटा) को बोक्रा छोडाएर गुदी बत्तीमा जलाउनू । जब खरानी हुन्छ तब पिसेर चार मात्रा बनाउनू । हरेक दिन एक मात्रा बङ्गाली पानको पातमा राखेर खानू । छाती र घाँटीको कफ फुक्ली दमरोगमा आराम हुन्छ ।

जाइफल आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता :

जातीफललवङ्गैलापत्रत्वङ्नागकेशरैः । कर्पूरचन्दनतिलत्वक्क्षीरीतगरामलैः ॥
तालीसपिप्पलीपथ्यास्थूलजीरकचित्रकैः । शुण्ठीविडङ्गमरिचैः समभागविचूर्णितैः ॥
यावन्त्येतानि सर्वाणि कुर्याद्भङ्गाञ्च तावतीम् । सर्वचूर्णसमा देया शर्करा च भिषग्वरैः ॥
कर्षमात्रन्ततः खादेन् मधुना प्लावितं सुधीः । अस्य प्रभावाद् ग्रहणीकासश्वासारुचिक्षयाः ॥
वातश्लेष्मप्रतिश्याया: प्रशमं यान्ति वेगतः ।

जाइफल, ल्वाङ, अलैंची, तेजपात, दालचिनी, नागकेसर, कपूर, रक्तचन्दन, तिल, वंशलोचन, तगर, अमला, लोठसल्लो, पिप्ला, हर्रो, कालोजीरा, चितूको बोक्रा, सुठो, वायुविडङ्ग र कालो मरिच बराबर मात्रामा मिसाई यसमा यति नै बारबर शुद्ध भाङ मिलाउनू । फेरी धुलो बनाई धुलो बराबर मिस्री मिसाउनू । यो धुलो दिनहुँ बीस ग्राम महसँग खानाले ग्रहणी, खोकी, **दम**, अरुची, क्षयरोग, वातविकार, कफविकार र पिनास चाँडै ठिक गर्दछ ।

जीवन्ती आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग हृदय :

जीवन्तीमुस्तसुरसत्वगेलाद्वयपौष्करम्॥
चण्डातामलकीलोहभार्ङ्गीनागरवालकम्। कर्कटाख्या शटी कृष्णा नागकेसरचोरकम्॥
उपयुक्तं यथाकामं चूर्णं द्विगुणशर्करम्। पार्श्वरुग्ज्वरकासघ्नं हिध्माश्वासहरं परम्॥

जीवन्ती, नागरमोथे, तुलसी, दालचिनी, अलैंची, सुकुमेल, पुष्करमूल, चण्डा (मुसलिण्डी वा चोरक ?), भुइँअमला, अगर, चिन्डे, सुठो, नेत्रवाल, कर्कटशृङ्गी, कचूर, पिप्ला, नागकेसर र चोरक : को धूलो बराबर लिई त्यसको दोब्बर मिश्रीमा हालेर पकाउनू। यसको प्रयोग इच्छा अनुसार अनुपान, सहपान, आहारविहारसँग कोखाको शूल, जरो, खोकी, बाडुली रोग र दम नाश गर्न गर्नू।

जेठीमधु आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता :

मधुकं पिप्पलीमूलं गुडो गोश्वशकृद्रसः । घृतं क्षौद्रं कासश्वासहिक्काभिष्यन्दिनां शुभम्॥

जेठीमधु, पिप्लाको जरा, सक्खर, आलो गोबरको रस, घोडाको लिदीको रस, घिउ र मह मिसाई खोकी, बाडुली, दम र आँखासम्बन्धी अभिष्यन्द रोगका रोगीलाई खुवाउनु पर्दछ ।

जौ आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

भुटेको जौ मह मिसाएर चपाई खानाले दम नाश हुन्छ ।

(ख) सुश्रुत संहिता :

पिबेत् संचूर्ण्य मधुना धानाश्चाप्यथ भक्षयेत्॥

दम र खोकीका रोगीले जौ भुटी पिसेर मह मिसाई खाने गर्नू ।

ज्वानु आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता :

यवानी पिप्पली वासा तथा वत्सकवल्कलः । एषां क्वाथं पिबेत् कासे श्वासे च कफजे ज्वरे ॥

ज्वानु, पिप्ला, असुरोको पात र ठूलो कुरोको बोक्राको काँढा पिएमा खोकी, **दम** र कफज्वर नाश हुन्छ ।

टिमुर आदिको प्रयोग

(क) अर्कप्रकाश :

तुम्बरो गुरुताश्वासप्लीहोदरकृमीन् हरेत् ।

नेपाली धनियाँ (टिमुर) को अर्कले शरीरको भारीपन, दम, फियोका रोग, पेटका रोग र किरा नाश गर्दछ ।

(ख) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह :

तेजोवत्यभया कुष्ठं पिप्पली कटुरोहिणी ॥ पूतीकं पौष्करं मूलं पलाशश्चित्रकः शठी ।
पटुद्वयं तामलकी जीवन्ती बिल्वपेशिका ॥ वचापत्रं च तालीसं कर्षांशैस्तैर्विपाचयेत् ।
हिङ्गुपादैर्घृतप्रस्थं पीतमाशु निहन्ति तत् ॥ श्वासानिलार्शोग्रहणीहिध्माहृत्पार्श्ववेदनाः ।

तेजोवतीको बोक्रा वा बीज, हर्रो, कूट, पिप्ला, कटुकी, पूतीक (लेकपाङ्ग्रो), पुष्करमूल, पलाँशको बीज वा चोप वा बोक्रा, चितू, कचूर, सिँधेनुन, सौंचर नुन, भुइँअमला, जीवन्ती, बेलको गुदी, बोझो, तेजपात र तालीसपत्र एक एक कर्ष, हिङ एक शाण, गाईको घिउ एक प्रस्थ (र चार प्रस्थ पानी) मिसाएर पकाउनू । पाकेपछि यो घिउ पिउनाले त्यो रागे (बाडुली र दम), भित्र भित्र छिरेको वायु, अल्काई, ग्रहणी, बाडुली, मुटुको शूल र कोखाको शूल चाँडै नाश हुन्छ ।

(ग) अष्टाङ्ग हृदय :

तेजोवत्यभया कुष्ठं पिप्पली कटुरोहिणी ॥ भूतिकं पौष्करं मूलं पलाशश्चित्रकः शठी ।
पटुद्वयं तामलकी जीवन्ती बिल्वपेशिका ॥ वचा पत्रं च तालीशं कर्षांशैस्तैर्विपाचयेत् ।
हिङ्गुपादैर्घृतप्रस्थं पीतमाशु निहन्ति तत् ॥ शाखानिलार्शोग्रहणीहिध्माहृत्पार्श्ववेदनाः ।

तेजोवतीको बोक्रा वा बीज, हर्रो, कूट, पिप्ला, कटुकी, भूतिक (कपूर), पुष्करमूल, पलाँशको बीज वा चोप वा बोक्रा, चितू, कचूर, सिँधेनुन, सौंचर नुन, भुइँअमला, जीवन्ती, बेलको गुदी, बोझो, तेजपात र तालीसपत्र एक एक कर्ष, हिङ एक शाण, गाईको घिउ एक प्रस्थ (र चार प्रस्थ पानी) मिसाएर पकाउनू । पाकेपछि यो घिउ पिउनाले (त्यो रो (बाडुली र दम), भित्र भित्र छिरेको वायु, अल्काई, ग्रहणी, बाडुली, मुटुको शूल र कोखाको शूल चाँडै नाश हुन्छ ।

(घ) चक्रदत्त, चरक संहिता, भैषज्य रत्नावली : तेजोवत्यादिघृतम्

तेजोवत्यभया कुष्ठं पिप्पली कटुरोहिणी ॥
भूतीकं पौष्करं मूलं पलाशश्चित्रकः शटी । सौवर्चलं तामलकी सैन्धवं बिल्वपेशिका ॥
तालीसपत्रं जीवन्ती वचा तैरक्षसम्मितैः । हिङ्गुपादैर्घृतप्रस्थं पचेत्तोये चतुर्गुणे ॥

एतद्यथाबलं पीत्वा हिक्काश्वासौ जयेन्नरः । शोथानिलार्शोग्रहणीहृत्पार्श्वरुज एव च॥

टिमुर (वा चाभो), हर्रो, कूट, पिप्ला, कटुकी, भूतिक (कपूर), पुष्करमूल, पलाँशका बोक्रा, चितु, कचूर, सौंचरनुन, भुइँअमला, सिँधेनुन, बेलको गुदी, सुनपाती, जीवन्ती र बोझो : एक एक कर्ष; हिङ चौथाई कर्ष, पानी आठ प्रस्थ र गाईको घिउ दुई प्रस्थ हाली विधिपूर्वक घिउ पकाउनू । आफ्नो पाचनशक्ति विचार गरी यो घिउ खाने गर्नू र मानिसले बाडुलीरोग, दम, सुजन, वातजन्य हर्सा, ग्रहणी, मुटुको शूल र कोखाको शूललाई जित्नू । (आधुनिक मात्रा-आधा तोला) ।

तिनिस आदिको प्रयोग

(क) सुश्रुत संहिता :

तिमिरस्य च बीजानि कर्कटाख्या सुवर्चिका ॥
दुरालभाश्च पिप्पल्यः कटुकाख्या हरीतकी । श्वाविन्मयूररोमाणि कोला मागधिकाकणाः ॥
भार्गीत्वक् शृङ्गवेरं च शर्करा शल्लकाङ्गजम् । नृत्तकौण्डकबीजानि चूर्णितानि तु केवलम् ॥
पञ्च श्लोकार्धिकास्त्वेते लेहा ये सम्यगीरिताः । सर्पिर्मधुभ्यां ते लेह्याः कासश्वासार्दितैर्नरैः ॥

(१) तिनिस वा सादनका बीज, कर्कटश्रृङ्गी र सज्जिखार; (२) दुरालभा, पिप्ला, कटुकी र हर्रो; (३) दुम्सीका रौं (काँडा), मयुरका रौं (प्वाँख), चाभो, पिप्ला र कनिका; (४) चिन्डेका बोक्रा, सुठो, मिश्री र साजको खोटो वा बोक्रा तथा (५) नृत्तकौण्डक (पहिचान हुन सकेन) का बीज : यी आधा आधा श्लोकमा बताइएका मात्र पिसी बनाइएका पाँच प्रकारका चटनी घिउ र मह मिसाएर दम र खोकीका रोगीले चाट्ने गर्नू ।

त्रिकटु आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता : व्योषादिगुटिका

व्योषाम्लवेतसं चव्यं तालीसं चित्रकस्तथा (चित्रकं तथा) ।
जीरकं तिन्तिडीकञ्च प्रत्येकं कर्षभागिकम् ॥
त्रिसुगन्धं त्रिशाणं स्याद्गुडः स्यात्कर्षविंशतिः । व्योषादिगुटिका साम(सेयं)पीनसश्वासकासजित् ॥
रुचिस्वरकरा(री) ख्याता प्रतिश्यायप्रणाशिनी ।

सुठो, कालोमरिच, पिप्ला, अम्लवेत, चाभा, लोठसल्लो, चितु, जीरा र अमिलीको बोक्रा सबै बीस बीस ग्राम लिनू । दालचिनी, अलैंची र तेजपात यी नौ नौ ग्राम लिनू । सर्ब मिसाएर धुलो बनाई चार सय ग्राम सक्खर मिसाउनू र गोली बनाउनू । यो व्योषादिगुटिकाले आमविकार, पिनास, **दम** र खोकी नाश गर्दछ । रुचि जगाउँदछ, स्वर खुलाउँदछ र प्रतिश्याय नाश गर्दछ ।

त्रिजातकको प्रयोग

(क) धन्वन्तरि निघण्टु :

दालचिनी, अलैंची र तेजपातको बराबर मात्राको मिश्रणलाई त्रिसुगन्धि वा त्रिजातक भनिन्छ । यसमा नागकेशर मिसाएपछि त्यसलाई चातुर्जातक (चातुर्भद्रक) भनिन्छ । यो दम रोग नाश गर्ने गुणको हुन्छ ।

त्रिफला आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता : सुदर्शन चूर्ण

त्रिफला रजनीयुग्मं कण्टकारीयुगं सठी । त्रिकटु ग्रन्थिकं मूर्वा गुडूची धन्वयासकः ॥
कटुका पर्पटो मुस्तं त्रायमाणा च बालकम् । निम्बः पुष्करमूलञ्च मधुयष्टी च वत्सकम् ॥
यवानीन्द्रयवो भार्ङ्गी शिग्रुबीजं सुराष्ट्रजा(कम्) । वचा त्वक्पद्मकोशीरं चन्दनातिविषाबलाः ॥
शालपर्णी पृष्ठपर्णी विडङ्गं तगरन्तथा । चित्रको देवकाष्ठञ्च (दारुश्च) चव्यं पत्रं पटोलजम् ॥
जीवकर्षभकौ चैव लवङ्गं वंशलोचना । पुण्डरीकञ्च काकोली पत्रकं जातिपत्रकम् ॥
तालीसपत्रञ्च तथा समभागानि चूर्णयेत् । सर्वचूर्णस्य चार्धांशं किरातं निक्षिपेत् सुधीः ॥
एतत्सुदर्शनन्नाम चूर्णं दोषत्रयापहम् । ज्वराँश्च निखिलान्हन्यान्नात्र कार्या विचारणा ॥
पृथग्द्वन्द्वागन्तुजाँश्च धातुस्थान् विषमज्वरान् । सन्निपातोद्भवाँश्चापि मानसानपि नाशयेत् ॥
शीतज्वरैकाहिकादीन् मोहं तन्द्रां भ्रमं तृषाम् । श्वासं कासञ्च पाण्डुञ्च हृद्रोगं हन्ति कामलाम् ॥
त्रिकपृष्ठकटीजानुपार्श्वशूलनिवारणम् । शीताम्बुना पिबेद्धीमान्सर्वज्वरनिवृत्तये ॥
सुदर्शनं यथा चक्रं दानवानां विनाशनम् । तद्वज्ज्वराणां सर्वेषामिदं चूर्णं प्रणाशनम् ॥

त्रिफला, हलेदो, चुत्रो, ठूलो बिही, कण्टकारी, सुठो, त्रिकटु, पिप्लाको जरा, मरुई लहरो, गुर्जो, सिस्नु, कुटकी, पित्तपापडा, नागरमोथे, मुँडिलो, सुगन्धवाल, नीमका बोक्रा, चाभा, जेठीमधु, ठूलोकुरो, ज्वानु, इन्द्रजौ, भारङ्गी, सैजनका गेडा, गोपीचन्दन, बोझो, दालचिनी, पैयुँ, रक्तचन्दन, उत्तिस, बलु, साकिनु, सतिबयर, वायुविडङ्ग, तगर, चितु, देवदारु, चाँभा विशेष, पर्बलका पात, जीवक, ऋषभक, ल्वाङ, वंशलोचन, सेतोकमल, कल्छे लहरो, तेजपात, जाइफल र लोठसल्लो बराबर मिसाएर धुलो बनाउनू । जति हुन्छ त्यसमा विद्वानले आधा चिराइतोको धुलो मिसाउनू । यसलाई त्रिदोष नाश गर्ने "सुदर्शन चूर्ण" भनिन्छ । यसले सबै खालका जरो नाश गर्दछ, दोमन गर्नै पर्दैन । बेग्लै आउने, दुईवटा दोष मिलेर आउने, आगन्तुक, धातुजन्य, विषम, सन्निपात र मानसिक जरो यसले नाश गर्दछ । शीतज्वर, एक दिन बिराएर आउने आदि जरो; मोह, उँग, भ्रम, तिर्खा, **दम**, खोकी, पाण्डुरोग, मुटुरोग र कमलपित्त यसले नाश गर्दछ । कण्डेउलो-ढाड-कमर-घुँडा र कोखाको शूल यसले ठिक गर्दछ । सबै खालका जरो नाश गर्न विद्वानले यो धुलोलाई चिसो पानीसँग खानू । जसरी सुदर्शन चक्रले दानवहरूको विनाश गर्दछ त्यसरी नै यो सुदर्शन चूर्णले सबै खालका जरो विनाश गर्दछ ।

कासश्वासज्वरहरा(री) त्रिफला पिप्पलीयुता । चूर्णिता मधुना लीढा भेदिनी चाग्निबोधिनी ॥

त्रिफलामा पिप्ला मिसाएर बनाइएको चूर्णले महसँग मिसाएर खाँदा दिसा खुलस्त पार्दछ, पाचक अग्निलाई बाल्दछ अनि **दम**, खोकी र जरो निको पार्दछ ।

दतिवन आदिको प्रयोग

(क) शाबरमन्त्र सागर :

कार्तिक पूर्णिमाका दिन साँझमा दतिवनको बीज ५० ग्राम लिई राम्ररी केलाएर २०० ग्राम गाईको दूधमा पकाउनू र खीर बनाउनू । त्यो खीरलाई खुल्ला स्थानमा घर बाहिर चन्द्रमाको किरण पर्ने स्थानमा राख्नू । अर्को दिन बिहान सूर्य उदाउनुभन्दा पहिले त्यो खीरखानू । दमरोग नाश हुन्छ ।

दमले च्यापेको बेलामा गरिने उपचार

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

(१) दमले च्यापेका बेलामा वैद्यले रोगीलाई जेगर्दा आराम हुन्छ त्यसरी खाट आदिमा सुताउनू वा बसाउनू । रोगीलाई राखेको केठामा हावा राम्ररी खेल्ने हुनुपर्दछ, गुम्सिन हुँदैन ।
(२) रोगीले सहने किसिमको तातोपानीमा कपडा भिजाई रोगीको छातीलाई दश पन्ध्र मिनेटसम्म सेक्नू ।
(३) अलिकति सिँधेनुन गाईको घिउमा मसिनो हुनेगरी पिसी छातीको बीच भागदेखि घाँटीसम्म दलिदिनू ।
(४) रोगीले सहने खालको तातोपानीमा उसका दुवै गोडा डुबाएर राख्नू ।
(५) बीज नहुने वा बीज केलाइएका मुनक्का १०-१५ वटा पिसी सय ग्राम दूध र सय ग्राम पानीमा हालेर पकाउनू । पानीजति सुकेपछि झिकेर छान्नू । त्यसमा ४-५ दाना कालोमरिचको धूलो र १२ ग्राम मिश्रीको धूलो मिसाउनू । यो ओखती मनतातो अलिअलि गरेर चक्चाले रोगीलाई खुवाउनू ।
(६) मदीसे बदाम ५-७ वटा लिनू । बाहिरको पातलो बोक्रा निकाल्नू । गुदीजति पानीमा पिस्नू । कपडाले छान्नू । तताउनू वा पकाउनू । अलि अलि गरेर रोगीलाई खुवाउनू ।
(७) ६० ग्राम अंगूरको रस निचोरी हल्का तताउनू र रोगीलाई पिउन दिनू ।
(८) तातो दूध वा तातोपानी पिउन दिनू । यसो गर्नाले बेलाबेलामा च्याप्ने दमको वेग कम हुन्छ ।
(९) वंशलोचन दुई मासा, सुकुमेल दुई मासा र गुर्जो दुई मासा मिसाएर पिस्नू । त्यसमा २४ ग्राम मह र २४ ग्राम दाख मिसाई पुनः पिस्नू । यो ओखती दमका रोगीलाई दिनको ३-४ पटक चटाउनू । कफ पातलो हुन्छ ।
(१०) कफ बढी हुने दमको रोगमा छ मासा अदुवाको रस र छ मासा मह मिसाएर चाट्ने गर्नू ।
यी सबै दमले च्यापेको बेलामा गरिने उपचार हुन् ।

दशमूल आदिको प्रयोग

(क) अग्निपुराण :

दशमूलीशटीरास्नापिप्पलीविल्वपौष्करैः । श्रृङ्गीतामलकीभार्गीगुडूचीनागवल्लिभिः ॥
यवाग्रं विधिना सिद्धं कषायं वा पिबेन्नरः । काशहृद्ग्रहणीपार्श्वहिक्काश्वासप्रशान्तये ॥

मानिसले खोकी, मुटुका रोग, ग्रहणी, कोखाको शूल, बाडुली र **दम** निको पार्न दशमूल, कपुरहलेदो, फ्याक्सेकन्द, पिप्ला, बेल, अँडिरको मूल जरो (वा कमलको जरो), गुनाभा, भुइँअमला, चिण्डे, गुर्जो र पान मिसाएर विधिपूर्वक पकाइएको काँढापानी वा यवागू (खोले) पिउनू ।

(ख) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

दशमूलेन वा कासश्वासहिध्मारुजापहा ।

अथवा दशमूल हालेर पकाइएको पेया पिउन दिनू । यी दुई (चितु आदिको र यो) पेयाले खोकी, **दम** र बाडुली रोग नाश गर्दछन् ।

दशमूलशठीरास्नाभार्गीबिल्वर्द्धिपुष्करैः ॥
कुलीरशृङ्गीचपलातामलक्यमृतौषधैः । पिबेत्कषायं जीर्णेऽस्मिन्पेयां तैरेव साधिताम् ॥

अथवा दशमूल, कचूर, फ्याक्सेकन्द, चिन्डे, बेलको गुदी, पुष्करमूल, कर्कटशृङ्गी, पिप्ला, भुइँअमला, गुर्जो र सुठो मिसाएर काँढापानी पकाई पिउन दिनू । काँढापानी पचेपछि यिनै ओखती हालेर पकाइएको पेया पिउन दिनू ।

दशमूलस्य वा क्वाथमथवा देवदारुणः । पिबेद्वा वारुणीमण्डं हिध्माश्वासी पिपासितः ॥

बाडुली र **दमरोगमा** रोगीलाई तिर्खा लाग्दा दशमूलको अथवा देवदारको काँढापानी अथवा वारुणीमण्ड पिउनू ।

(ग) चक्रदत्त : दशमूलक्वाथः

दशमूलीकषायस्तु पुष्करेण विचूर्णितः । श्वासकासप्रशमनः पार्श्वहृच्छूलनाशनः ॥

दशमूलको काँढापानीमा पुष्करमूलको धूलो मिसाएर पिउने गर्नाले **दम**, खोकी तथा कोखको शूल र मुटुको शूल नाश हुन्छ ।

(घ) चरक संहिता :

दशमूलीशटीरास्नापिप्पलीमूलपौष्करैः । शृङ्गीतामलकीभार्गीगुडूचीनागरार्द्धिभिः ॥
यवागूं विधिना सिद्धां कषायं वा पिबेन्नरः । कासहृद्ग्रहपार्श्वार्तिहिक्काश्वासप्रशान्तये ॥

मानिसले खोकी, छातीका रोग, कोखाका रोग, बाडुली रोग र **दम** शान्त पार्नका लागि दशमूल, कचूर, फ्याक्सेकन्द, पिप्ला, पुष्करमूल, कर्कटश्रृङ्गी, भुइँअमला, चिण्डे, गुर्जो, सुठो र ऋद्धि हालेर विधिपूर्वक पकाइएको यवागू वा काँढापानी पिउने गर्नू ।

दशमूलस्य वा क्वाथमथवा देवदारुणः । तृषितो मदिरां वाऽपि हिक्काश्वासी पिबेन्नरः ॥

बाडुली रोग र **दमरोगमा** तिर्खा लाग्दा दशमूलको अथवा देवदारको काँढापानी अथवा मदिरा पिउने गर्नुपर्दछ ।

दशमूलाद्यघृत

दशमूलरसे सर्पिर्दधिमण्डे च साधयेत् । कृष्णासौवर्चलक्षारवयःस्थाहिङ्गुचोरकैः ॥
कायस्थया च संसिद्धं हिक्काश्वासौ प्रणाशयेत् ।

दशमूलको रस (चार प्रस्थ), गाईको घिउ (दुई प्रस्थ), दहीको पानी (४ प्रस्थ) तथा पिप्ला, सौंचरनुन, जवाखार, अमला, हिङ, समयो र हर्रो मिसाएर (एक शराव) हालेर विधिपूर्वक घिउ पकाउनू । यो घिउ खाने गर्नाले बाडुलीरोग र **दम** नाश हुन्छ । (मात्रा : आधा तोला) ।

(ङ) चिकित्सा चन्द्रोदय :

दशमूलको काँढापानीमा पुष्करमूलको धूलो हालेर खाने गर्नाले **दम** रोग नाश हुन्छ ।

(च) धन्वन्तरि निघण्टु :

बेल, गिनेरी, टटलो वा लोध, खमारी र पाडरीको जराको मिश्रणलाई महापञ्चमूल भनिन्छ । लघुपञ्चमूल र महापञ्चमूलको मिश्रणलाई दशमूल भनिन्छ । दशमूलमा **दम** नाश गर्ने गुण हुन्छ ।

(छ) भावप्रकाश निघण्टु :

उभाभ्यां पञ्चमूलाभ्यां दशमूलमुदाहृतम् । दशमूलं त्रिदोषघ्नं श्वासकासशिरोरुजः ॥
तन्द्राशोथज्वरानाहपार्श्वपीडाऽरुचीर्हरेत् ।

लघु र बृहत् दुबै पञ्चमूलको समष्टीलाई दशमूल भनिन्छ । यसले त्रिदोष, **दम**, खोकी र टाउकाका रोग निको पार्दछ । यसका साथै तन्द्रा, सुजन, जरो, आनाह, कोखाको शूल र अरुची पनि नाश गर्दछ ।

(ज) भावप्रकाश संहिता :

दशमूलीशटीरास्नापिप्पलीविश्वपौष्करैः । शृङ्गीतामलकीभार्ङ्गीगुडूचीनागराग्निभिः ॥
यवागूं विधिना सिद्धां कषायं वा पिबेन्नरः । श्वासहृद्ग्रहपार्श्वार्त्तिहिक्काकासप्रशान्तये ॥

दशमूल, कचूर, फ्याक्सेकन्द, पिप्ला, अतीस, अँडिरको जरा, कर्कटशृङ्गी, भुइँअमला, चिन्डे, गुर्जो, सुठो र चितू बराबर हालेर विधिपूर्वक पकाइएको पातलो जाउलो अथवा काँढापानी पिउने गर्नाले **दम**, मुटुको वा छातीको लाटोपन, कोखाको दुखाइ, बाडुली रोग र खोकी शान्त हुन्छ ।

दशमूलस्य वा क्वाथः पौष्करेणावचूर्णितः । श्वासकासप्रशमनः पार्श्वशूलनिवारणः ॥

दशमूलको काँढापानी पकाएर त्यसमा अँडिरको जराको अथवा पुष्करमूलको धूलो हाली पिउने गर्नाले **दम**, खोकी र कोखाको दुखाई नाश हुन्छ ।

दशमूलरसो देयः श्वासनिर्मूलशान्तये । अवश्यं मरणीयोऽपि जीवेद्वर्षशतं नरः ॥

दमरोगलाई जरैदेखि नाश गर्न दशमूलको काँढापानी पिउने गर्नुपर्दछ । यो खाने गर्नाले **दमरोगका** कारण ज्यान जान आँटिको मानिस पनि सय वर्षसम्म बाँच्दछ ।

(झ) भैषज्य रत्नावली : अगस्त्यहरीतकी

दशमूलीं स्वयंगुप्तां शङ्खपुष्पीं शठीं बलाम् । हस्तिपिप्पल्यपामार्गपिप्पलीमूलचित्रकान् ॥
भार्ङ्गीं पुष्करमूलं च द्विपलांशं यवाढकम् । हरीतकीशतं चैव जले पञ्चाढके पचेत् ॥
यवैः स्विन्नैः कषायं तं पूतं तच्चाभयाशतम् । पचेद् गुडतुलां दत्त्वा कुडवं च पृथक् घृतात् ॥
तैलात्सपिप्पलीचूर्णात् सिद्धे शीते च माक्षिकात् । लिह्याद् द्वे चाभये नित्यमतः खादेद्रसायनात् ॥

दशमूल, काउसोका बीज, शङ्खपुष्पी, कचूर, बलु, गजपिप्ला, दतिवन, पिप्लाको जरा, चितूको जरा, चिण्डे र पुष्करमूल आठ आठ तोला; पोको पारिएको जौ एक आढक र पोको पारिएको उत्तम खालका हर्रो सय वटा लिनू । सबै मिसाएर पाँच आढक पानीमा पकाउन थाल्नू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर हर्रोलाई बेग्लै राखी छान्नू । त्यो हर्रोलाई १६ तोला घिउ र १६ तोला तेलमा हालेर भुट्नू । त्यसपछि त्यो हर्रो अघि छानेको काँढापानीमा हाल्नू । सय पल सक्खर हाल्नू । पुनः पकाउन थाल्नू । जब लदरो हुन थाल्दछ तब झिक्नू । त्यसमा पिप्लाको धूलो १६ तोला मिसाउनू । सेलाएपछि १६ तोला मह मिसाउनू । यसमध्येबाट हरेक दिन दुई दुई वटा हर्रो र छ छ मासा चटनी खाने गर्नू ।

तद्वलीपलितं हन्याद्वर्णायुर्बलवर्द्धनम् । पञ्च कासान् क्षय श्वासं हिक्कां च विषमज्वरान् ॥
हन्यात्तथा ग्रहण्यर्शोहृद्रोगारुचिपीनसान् । अगस्त्यविहितं धन्यमिदं श्रेष्ठं रसायनम् ॥

यो ओखतीले उमेर नपुगी छाला चाउरी पर्ने र कपाल फुल्ने रोग नाश गर्दछ । बल, वर्ण र आयु बढाउँदछ । पाँच प्रकारका खोकी, क्षयरोग, **दम**, बाडुली, विषमज्वर, ग्रहणी, हर्सा, मुटुका रोग, अरुचि

र पिनास नाश गर्दछ । यो श्रेष्ठ रसायनलाई अगस्त्यऋषिले बनाएका हुन् ।

(ञ) वङ्गसेन आयुर्वेद :

दशमूलीशठीरास्नापिप्पलीविश्वपौष्करैः । शृङ्गीतामलकीभार्ङ्गीगुडूचीनागरादिभिः ॥
यवागूं विधिना सिद्धं कषायं वा पिबेन्नरः । कासहृद्ग्रहपार्श्वार्त्तिहिक्काश्वासप्रशान्तये ॥

दशमूल, कचूर, फ्याक्सेकन्द, पिप्ला, सुठो, पुष्करमूल, कर्कटश्रृङ्गी, भुइँअमला, गुर्जो र सुठो हाली विधिपूर्वक यवागू पकाएर खाने गर्नाले खोकी, मुटुका रोग, कोखाको शूल, बाडुलीरोग र **दमरोग** शान्त हुन्छ ।

दशमूलस्य वा क्वाथः पौष्करेणावचूर्णितः । श्वासकासप्रशमनः पार्श्वशूलविनाशनः ॥

दशमूलको काँढापानीमा पुष्करमूलको धूलो हाली पिउने गर्नाले **दम** र खोकी शान्त हुन्छ तथा कोखाको शूल नाश हुन्छ ।

(ट) शार्ङ्गधर संहिता :

दशमूलकृतः क्वाथः सयवक्षारसैन्धवः ।
हृद्रोगगुल्मशूलार्तिकासश्वासांश्च(कासं श्वासं च) नाशयेत् ॥

दशमूलको काँढापानीमा जवाखार र सिधेनुन मिसाएर पिउनाले मुटुका रोग, गुल्म, शूलको पीडा, खोकी र **दम** नाश गर्दछ ।

शालिपर्णीपृष्ठपर्णीबृहतीद्वयगोक्षुरैः ॥
विल्वाग्निमन्थश्योनाककाश्मरीपाटलायुतैः । दशमूलमिति ख्यातं क्वथितं तज्जलं पिबेत् ॥
पिप्पलीचूर्णसंयुक्तं वातश्लेष्मज्वरापहम् । सन्निपातज्वरहरं सूतिकादोषनाशनम् ॥
शोषशैत्यभ्रमस्वेदकासश्वासविकारनुत् । हृत्कम्पग्रहपार्श्वार्तितन्द्रामस्तकशूलहृत् ॥

साकिनु, सतिबयर, ठूलो बिही, सानो बिही, गोखुर, बेल, अरणी, टटेलो, खमारी र पाडरीको जराको "दशमूल" नामक ओखती-समूहको काँढाले पिप्लासँग पिए वातश्लेमज्वर, सन्निपातज्वर, सुत्केरीका रोग, शरीर सुन्निने रोग, सर्दी, भ्रम, पसिना आइरहने रोग, खोकी र **दम** निको पार्दछ । यसले मुटु काम्ने रोग, ग्रहविकार, कोखा दुख्ने (पार्श्वार्ति), तन्द्रा र टाउकाको शूल ठिक गर्दछ ।

दशमूलारिष्ट

पर्ण्यौ बृहत्यौ गोकण्टो बिल्वोऽग्निमन्थकोऽरलुः ॥
पाटला काश्मरी चेति दशमूलमिहोच्यते । दशमूलानि कुर्वीत भागैः पञ्चपलैः पृथक् ॥
पञ्चविंशत्पलं कुर्याच्चित्रकं पौष्करन्तथा । कुर्याद् विंशपलं लोध्रं गुडूची तत्समा भवेत् ॥

पलैः षोडशभिर्धात्री रविसंख्यैर्दुरालभा । खदिरो बीजसारश्च पथ्या चेति पृथक्पलैः ॥
अष्टभिर्गणितं कुष्ठं मञ्जिष्ठा देवदारु च । विडङ्गं मधुकं भार्ङ्गी कपित्थोऽक्षः पुनर्नवा ॥
चव्यं मांसी प्रियङ्गुश्च सारिवा कृष्णजीरकः । त्रिवृता रेणुकं रास्ना पिप्पली क्रमुकः शठी ॥
हरिद्रा शतपुष्पा च पद्मकं नागकेशरम् । मुस्तमिन्द्रयवः शुण्ठी जीवकर्षभकौ तथा ॥
मेदा चान्या महामेदा काकोल्यौ ऋद्धिवृद्धिके । कुर्यात् पृथग्द्विपलिकान् पचेदष्टगुणे जले ॥
चतुर्थांशं श्रृतं नीत्वा मृद्भाण्डे सन्निधापयेत् । चतुःषष्टिपलां द्राक्षां पचेन्नीरे चतुर्गुणे ॥
त्रिपादशेषं शीतञ्च पूर्वक्वाथे श्रृतं क्षिपेत् । द्वात्रिंशत् पलकं क्षौद्रं दद्याद् गुड चतुःशतम् ॥
त्रिंशत्पलानि धातक्याः कङ्कोलं जलचन्दनम् । जातीफलं लवङ्गञ्च त्वगेलापत्रकेशरम् ॥
पिप्पली चेति सञ्चूर्ण्य भागैर्द्विपलिकैः पृथक् । शाणमात्राञ्च कस्तूरीं सर्वमेकत्र निक्षिपेत् ॥
भूमौ निखातयेद्भाण्डं ततो जातरसं पिबेत् । कतकस्य फलं क्षिप्त्वा रसं निर्मलतां नयेत् ॥
ग्रहणीमरुचिं श्वासं कासं गुल्मं भगन्दरम् । वातव्याधिं क्षयं छर्दिं पाण्डुरोगञ्च कामलाम् ॥
कुष्ठान्यर्शांसि मेहाँश्च मन्दाग्निमुदराणि च । शर्करामश्मरीं मूत्रकृच्छ्रं धातुक्षयञ्जयेत् ॥
कृशानां पुष्टिजननो वन्ध्यानां गर्भदः परः । अरिष्टो दशमूलाख्यस्तेजः शुक्रबलप्रदः ॥

दुई थरी पर्णी (शालपर्णी र पृष्ठपर्णी, साकिनु र सतिबयर), दुई थरी बृहती (ठूलो र सानो कण्टकारी), ओदानेकाँडो, बेल, अरणी, टटेलो, पाडरी र खमारी : यी दश ओखतीका जराको समूहलाई दशमूल भनिन्छ । दशमूल बेग्लाबेग्लै पाँच पाँच पल लिनू । चितूका बोक्रा पच्चीस पल, अरिडको मूल जरो पच्चीस पल, लोध बीस पल, गुर्जो बीस पल, अमला सोह्र पल, सिस्नु बाह्र पल, खयरको बोक्रा आठ पल, विजयसाल आठ पल, हर्रो आठ पल तथा कूट, मजिठो, देवदार, वायुविडङ्ग, जेठीमधु, भारङ्गी, कैथ, बर्रो, पुनर्नवा, चाँभा, जटामसी, दहीगुयेंलो, अनन्तमूल, कालोजीरा, सेतो निशोध, शीतलचिनी, फ्याक्सेकन्द, पिप्ला, सुपारी, कपुरहलेदो, हलेदो, सुप, पैयुँ, नागकेशर, नागरमोथे, इन्द्रजौ, सुठो, जीवक (नपाउँदा कुभिण्डो), ऋषभक(नपाउँदा कुभिण्डो), मेदा (नपाउँदा जेठीमधु), महामेदा (नपाउँदा जेठीमधु), कल्छे लहरो (नपाउँदा अश्वगन्धा), दूधे कल्छे लहरो (नपाउँदा अश्वगन्धा), ऋद्धि (नपाउँदा गिठो) र वृद्धि (नपाउँदा गिठो) : यी सबै ओखती दुई दुई पल जम्मा पार्नू । सबै ओखती कुटेर मिसाई आठ गुना पानीमा पकाउनू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर कुनै माटाका भाँडामा छान्नू । यसपछि चौसठ्ठी पला दाखलाई चार गुना पानीमा पकाई तीन चौथाई बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । यसलाई पनि सेलाएपछि पहिलेकै रसमा मिसाउनू । अनि बत्तीस पल मह, चार सय पल सक्खर, तीस पल धयैँराको फूलको धुलो तथा फलकपूर, खस, सेतो चन्दन, जाइफल, ल्वाङ, दालचिनी, अलैँचीका गेडा, तेजपात, नागकेशर र पिप्ला सबै दुई दुई पल कुटी धुलो बनाएर मिसाउनू । अनि एक शाण कस्तूरीको धुलो हाल्नू । यसपछि त्यो भाँडाको मुख राम्ररी बन्द गरी भाँडोलाई जमिनमा गाड्नू । अनि पन्ध्र दिन वा एक महिना रहन दिनू । पछि झिकेर छानी निर्मलीका गेडाको धुलो अलिकलि हाल्नू, रस सफा हुन्छ । यसलाई दशमूलारिष्ट भनिन्छ । यसले ग्रहणी, अरुची, **दम**, खोकी, गुल्म, भगन्दर, वातका रोग, क्षयरोग, वाकवाकी, पाण्डु, कमलपित्त, कुष्ठ रोगहरू, अल्काई, प्रमेह, मन्दाग्नि, पेटका रोग, पत्थरी विशेष, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र र धातुक्षय नाश गर्दछ । यसले दुर्बल मानिसलाई बलियो बनाउँदछ, बाँझी स्त्रीलाई सन्तानवती बनाउँदछ तथा वीर्य र बल बढाउँदछ ।

दाख आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता : द्राक्षारिष्ट

**द्राक्षातुलार्द्धं द्विद्रोणे जलस्य विपचेत् सुधीः॥ पादशेषे कषाये च पूते शीते विनिक्षिपेत् ।
गुडस्य द्वितुलान्तत्र त्वगेलापत्रकेशरम्॥ प्रियङ्गुमरिचं कृष्णां विडङ्गञ्चेति चूर्णयेत् ।
पृथक्पलोन्मितैर्भागैस्ततो भाण्डे निधापयेत्॥ स्थापयित्वा ततो मासं ततो जातरसं पिबेत् ।
(समन्ततो घट्टयित्वा पिबेज्जातरसं ततः) । उरःक्षतं क्षयं हन्ति कासश्वासगलामयान्॥
द्राक्षाऽरिष्टाह्वयः प्रोक्तो बलकृन्मलशोधनः ।**

पचास पल दाखलाई दुई द्रोण पानी हाली उमाल्नू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । पानी सेलाएपछि सक्खर दुई तुला तथा दालचिनी, अलैँचीका गेडा, तेजपात, नागकेशर, फलकपूर, कालो मरिच, पिप्ला र वायुविडङ्ग एक एक पल : यी सबैको धुलो यो रसमा मिसाउनू । अनि चिल्लो भाँडोमा हाली टम्म मुख बन्द गरेर एक महिना (वा पन्ध्र दिन) रहन दिनू । यसपछि रस निकालेर छान्नू । द्राक्षारिष्ट तयार हुन्छ । यो पिउनाले उरक्षत, क्षयरोग, खोकी, **दम** र घाँटीका रोग ठिक हुन्छ । यसले बल बढाउँदछ र दिसा पनि सफा गर्दछ ।

(ख) सुश्रुत संहिता :

द्राक्षां हरीतकीं कृष्णां कर्कटाख्यां दुरालभाम्॥ सर्पिर्मधुभ्यां विलिहन् हन्ति श्वासान् सुदारुणान् ।

दाख, हर्रो, पिप्ला, कर्कटश्रृङ्गी र दुरालभा मिसाई पिसेर घिउ र महसँग चाट्ने गर्नाले डरलाग्दो **दमरोग** पनि नाश हुन्छ ।

दूध आदिको प्रयोग

(क) अर्कप्रकाश :

दुग्धसन्नायखण्डैर्यस्ताम्रं रक्तिद्वयोन्मितम् । पिबेत्तस्य विरेकेण प्राप्तास्ते निर्ययुर्गदाः ॥
कुष्ठकासश्वासपित्तं हरेच्छ्लेष्मोदरामयान् । ज्वराम्लपित्तपाण्ड्वर्शः शूलशोथकृमीनपि ॥

दूध, पनीर र मिस्रीसँग दुई रत्ती ताम्रभस्म खाने गरे धेरै रोगहरू दिसा मार्फत निस्केर नाश हुन्छन् । कुष्ठ, खोकी, दम, पित्तविकार, कफविकार, पेटका रोग, जरो, अम्लपित्त, पाण्डु, अल्काई, शूल, सुजन, र पेटका कीरा पनि ताम्रभस्मले नाश गर्दछ ।

देवदार आदिको प्रयोग

(क) वङ्गसेन आयुर्वेद :

देवदारुवचाभार्ङ्गीविश्वपौष्करकट्फलैः । कृत्वा क्वाथो जयत्याशु श्वासकासानशेषतः ॥

देवदार, बोभ्रो, चिण्डे, सुठो, पुष्करमूल र काफल हाली पकाइएको काँढापानी पिउने गर्नाले **दम** र खोकीलाई चाँडै जित्दछ ।

(ख) शार्ङ्गधर संहिता :

देवदारु वचा कुष्ठं पिप्पली विश्वभेषजम् ॥ कट्फलंमुस्तभूनिम्बतिक्तधान्या हरीतकी ।
गजकृष्णा च दुःस्पर्शा गोक्षुरं धन्वयासकम् ॥ बृहत्यतिविषा च्छिन्ना कर्कटं कृष्णजीरकम् ।
क्वाथमष्टावशेषं तु प्रसूतां पाययेत्स्त्रियम् ॥ शूलकासज्वरश्वासमूर्च्छाकम्पशिरोर्त्तिजित् ।

देवदार, बोभ्रो, कूट, पिप्ला, सुठो, काफल, नागरमोथे, चिराइतो, कटुकी, धनियाँ, हर्रो, चाभा, सानो बिही, गोखुर, सिस्नु, ठूलो बिही, उत्तिस, गुर्जो, गुनाभा (कर्कटशृङ्गी) र कालो जीराको आठ भागको एक भाग बाँकी रहने गरी पकाइएको काँढा पिउनाले प्रसूति रोग, शूल, खोकी, जरो, **दम**, बेहोसी, कम्पन, र टाउको दुखेको ठिक हुन्छ ।

देवदारुशिवावासाशालिपर्णीमहौषधैः । धात्रीयुतं शृतं शीतं दद्यान्मधुसितायुतम् ॥
चातुर्थिकज्वरे श्वासे कासे मन्दानले तथा ।

देवदार, जङ्गी हर्रो, असुरो, साकिनु, सुठो र अमला मिसाई पकाइएको काँढापानी सेलाएपछि मह र मिस्री मिसाएर पिए चार दिन बिराएर आउने जरो, **दम**, खोकी र मन्दाग्निलाई ठिक गर्दछ ।

धतुरो आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

कालो धतुरोको बीज जम्मा पार्नू । हरेक दिन ५, ६ गरी एक एक वटा बढाउँदै एक महिनासम्म खानू । एक महिनापछि सोही क्रमले एक एक वटा घटाउँदै खान थाल्नू । दुई महिनामा दम रोग ठिक हुन्छ ।

(ख) भैषज्य रत्नावली : कनकासव

संक्षुद्य कनकं शाखामूलपत्रफलैः सह । ततश्चतुष्पलं ग्राह्यं वृषमूलत्वचं तथा ॥
मधुकं मागधी व्याघ्री केशरं विश्वभेषजम् । भार्ङ्गी तालीशपत्रं च संचूर्ण्यैषां पलद्वयम् ॥
संगृह्य धातकीप्रस्थं द्राक्षायाः पलविंशतिम् । जलद्रोणद्वयं दत्त्वा शर्करायास्तुलां तथा ॥
क्षौद्रस्यार्धतुलां चापि सर्वं सम्मिश्र्य यत्नतः । भाण्डे निक्षिप्य चावृत्य निदध्यान्मासमात्रकम् ॥
निहन्ति निखिलान् श्वासान् कासं यक्ष्माणमेव च । क्षतक्षीणं ज्वरं जीर्णं रक्तपित्तमुरःक्षतम् ॥

धतुरोको हाँगा, जरा, पात र फल समेत गरी १६ तोला तथा असुरोको जराको बोक्रा १६ तोला जम्मा पार्नू । बेग्लाबेग्लै पिस्नू र धूलो बनाएर राख्नू । जेठीमधु,पिप्ला, कण्टकारी, नागकेशर, सुठो, चिण्डे र सुनपाती दुई दुई तोला मिसाएर राम्ररी पिसी धूलो बनाउनू । धयैँराको फूल एक प्रस्थ, दाख बीस पल, मिश्री सय पल, मह पचास पल र पानी दुई द्रोण लिनू । एउटा सफ र शुद्ध माटाको घैँटो लिनू । सबै कुरा त्यसमा हाल्नू । घैँटोको मुख बन्द गर्नू र एक महिनासम्म सुरक्षित तरिकाले राख्नू । त्यसपछि घैँटोलाई निकाल्नू । त्यसबाट हरेक दिन एक एक तोला रस निकाली छानेर पिउने गर्नू । यो ओखती खाने गर्नाले सबै किसिमका दमरोग, खोकी, टीबी, क्षतक्षीण, थाङ्नेजरो, रक्तपित्त र उःरक्षत जस्ता रोग नाश हुन्छ ।

धनियाँ आदिको प्रयोग

(क) अर्कप्रकाश :

धान्यार्कस्य तृषादाहवमिश्वासत्रिदोषहृत् ।

धनियाको अर्कले तिर्खा, डाह, वाकवाकी, दम र त्रिदोष नाश गर्दछ ।

धूमपान

(क) भावप्रकाश संहिता :

देवदारुबलामांसीः पिष्ट्वा वर्त्तिं प्रकल्पयेत् । तां घृताक्तां पिबेद्धूमं श्वासं हन्ति सुदारुणम् ॥

देवदार, बलु र जटामसी बराबर मात्रामा मिसाएर पिसी बत्ती वा सुप्लोमा दल्नू । यो बत्तीलाई घिउ दलेर बाल्नू र धुवाँ पिउन लगाउनू । यो धुवाँ पिउनाले कडा खालको **दम** पनि नाश हुन्छ ।

(ख) वङ्गसेन आयुर्वेद :

(हरिद्रापत्रमैरण्डमूलं लाक्षां मनःशिलाम् । देवदारुघनं मांसीं पिष्ट्वा वर्त्तिं प्रकल्पयेत् ॥)
तां घृताक्तां पिबेद्धूमं श्वासं हन्ति सुदारुणम् ।

हलेदो, तेजपात, अँडिरको जरा, लाहा, मैनसिल, देवदार, नागरमोथे र जटामसी मिसाएर पिसी सुप्लोमा दल्नू । त्यसपछि यसलाई घिउ दलेर बाली धूमपान गर्नू । कडा खालको दमरोग नाश हुन्छ ।

(ग) सुश्रुत संहिता :

वातश्लेष्मविबन्धे वा भिषग् धूमं प्रयोजयेत् । मनःशिलादेवदारुहरिद्राच्छदनामिषैः ॥
लाक्षोरुबूकमूलैश्च कृत्वा वर्तीर्विधानतः ।

वायु र कफ अभै रोकिए वैद्यले रोगीलाई धूमपान गराउनू । मैनसिल, देवदार, हलेदो, तेजपात, गोकुलधूप, लाहा र अँडिरको जरा पिसी सुप्लोमा दलेर बाली विधिपूर्वक धूमपान गराउनू ।

सर्पिर्यवमधूच्छिष्टशालनिर्यासजं तथा ॥

घिउ, जौ, मैन र सालधूप बालेर धूमपान गराउनू ।

शृङ्गबालखुरस्नायुत्वक् समस्तं गवामपि ।

गाईको सिङ, रौं, खुर, नसा र छाला बालेर धूमपान गराउनू ।

तुरुष्कशल्लकीनां च गुग्गुलोः पद्मकस्य च ॥

तुरुष्क नामक धूप, सल्लाको खोटो, गोकुलधूप र पैयुँको चोप बालेर धूमपान गराउनू ।

एते सर्वे ससर्पिष्का धूमाः कार्या विजानता ।

यी सबै धूपमा घिउ मिसाउनु पर्दछ ।

(सबै खालका धूमपान पछि घिउको पातलो परिकार वा दूध पिउनु पर्दछ) ।

नागरमोथे आदिको प्रयोग

(क) हारीत संहिता :

मुस्ताऽटरूषकफलत्रिकदारुभार्ङ्गी व्याघ्रीसपुष्पफलमूलदलैरुपेता ।
रास्नाविषा च मधुरसालानि चूर्णं निहन्ति क्वथितेन जलेन कासम् ॥
बद्धाथवा च गुटिका मधुना गुडेन सिन्धूद्भवेन मगधासमहौषधेन ।
आस्ये धृता निशि विशालगुणा भवन्ति श्वासं ..इदं निहन्ति ॥

नागरमोथे, असुरो, त्रिफला, देवदार, चिण्डे, कण्टकारीका पाँच वटै अङ्ग, रास्नना, अतीस र उत्तम तुलसीका पातको धूलोको काँढापानी पकाई पिउनाले खोकी नाश हुन्छ । अथवा यो धूलो मह र सक्खरमा मिसाएर त्यसमा सिँधेनुन, पिप्ला र सुठो समेत मिसाई गोली बनाएर मुखमा राखी रातमा चुस्ने गर्नाले यो उत्तम गुणशाली हुन्छ । यसले **दम** नाश गर्दछ ।

निसोत आदिको प्रयोग

(क) सुश्रुत संहिता :

सुवहा कालिका भार्गी शुकाख्यां नैचुलं फलम्॥ काकादनीं शृङ्गवेरं वर्षाभूर्बृहतीद्वयम् ।
कोलमात्रैर्घृतप्रस्थं पचेदेभिर्जलद्विकम्॥ कटूष्णं पीतमेतद्धि श्वासामयविनाशनम् ।

निसोथ वा हंसपदी भ्रार, चुत्रो, चिण्डे, शिरीष, पानीवेतको फल, कौवाठोरी, सुठो, पुनर्नवा, कण्टकारी र बिहीँ आधा आधा कर्ष लिई एक प्रस्थ घिउ र दुई प्रस्थ पानीमा हालेर घिउ पकाउनू । यो पिरो-तातो घिउ खाने गर्नाले **दमरोग** नाश हुन्छ ।

नीम आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

नीमका बीज र कदमका बीज पिसी मह मिसाएर चाट्नू र त्यसपछि चौलानी पानी पिउनू । दम नाश हुन्छ ।

नेवारी आदिको प्रयोग

(क) वङ्गसेन आयुर्वेद : सुबहाद्यघृत

सुवहाकालिकाभार्ङ्गी शुकाख्यं कौचुलं फलम् । काकादनीश्रृङ्गवेरं वर्षाभूर्बृहतीद्वयम्॥
पलमात्रैघृतप्रस्थं पचेदेतैर्जलाढके । कदुष्णं पीतमेतद्धि श्वासामयविनाशनम्॥

नेवारी, नीर, चिण्डे, शिरीष, काउसाका बीज, कौवाठोरी, अदुवा, पुनर्नवा, कण्टकारी र बिहीँ एक एक पल लिई पिस्नू । घिउ दुई प्रस्थ र पानी एक आढकमा हाली पकाउनू । मनतातो घिउ पिउनू । यसले दमरोग नाश गर्दछ ।

पञ्चमूल आदिको प्रयोग

(क) धन्वन्तरि निघण्टु :

वनगहत वा मासलहरी, सतिबयर, बिहीँ, कण्टकारी र ओदानेकाँडोको जराको मिश्रणलाई लघु पञ्चमूल भनिन्छ । यो त्रिदोष, वातविकार, जरो, खोकी, **दम**, शूल, कमजोर पाचनशक्ति र अरुचि नाश गर्ने गुणको हुन्छ ।

(ख) भावप्रकाश निघण्टु :

श्रीफलः सर्वतोभद्रा पाटला गणिकारिका ॥ श्योनाकः पञ्चभिश्चैतैः पञ्चमूलं महन्मतम् ।
पञ्चमूलं महत् तिक्तं कषायँ कफवातनुत् ॥ मधुरं श्वासकासघ्नमुष्णं लघ्वग्निदीपनम् ।

बेल, खमारी, पाडरी, गिनेरी र टटेलेको जराको सम्मिश्रणलाई बृहत् पञ्चमूल भनिन्छ । यो तीतो, टर्रो, कफविकार नाशक र वातविकार नाशक हुन्छ । यो गुलियो हुनाका साथै यसले दम र खोकी नाश गर्दछ । यसले गर्मी गर्दछ, पचाउन हलुका हुन्छ र जठराग्निलाई बाल्दछ ।

शालपर्णी पृश्निपर्णी वार्त्ताकी कण्टकारिका । गोक्षुरः पञ्चभिश्चैतैः कनिष्ठं पञ्चमूलकम् ॥
पञ्चमूलं लघु स्वादु बल्यं पित्तानिलापहम् । नात्युष्णं बृंहणं ग्राहि ज्वरश्वासाश्मरीप्रणुत् ॥

साकिनु, चाल्ने सिस्नु, ठूलो बिही, कण्टकारी र ओदानेकाँडोको जराको समष्टीलाई लघुपञ्चमूल भनिन्छ । यो पचाउन हलुका, स्वादिलो, बलदायक, पित्तविकार नाशक र वातविकार नाशक हुन्छ । यसले धेरै गर्मी पनि गर्दैन । यो पौष्टिक र सङ्ग्राही हुन्छ । यसले जरो, **दम** र पत्थरी ठिक गर्दछ ।

(ग) शार्ङ्गधर संहिता :

सर्वज्वराणाञ्जीर्णानां क्षीरं भैषज्यमुत्तमम् । श्वासात् कासाच्छिरःशूलात् पार्श्वशूलात् सपीनसात् ॥
मुच्यते ज्वरितः पीत्वा पञ्चमूलीशृतं पयः ।

लघुपञ्चमूल (वनगहते, सतिबयर, बिही, कण्टकारी र ओदानेकाँडो) का जरालाई कुटेर आठ गुना दूध र दूधको चार गुना पानी हालेर उमाल्नू । दूध मात्र बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । यो दुग्धरस सबै खालका पुराना जरोमा उत्तम ओखती हुन्छ । यसले **दम**, खोकी, टाउकाको शूल, कोखाको शूल, पिनास र पुरानो जरो नाश गर्दछ ।

(घ) सुश्रुत संहिता :

हन्युः श्वासं च कासं च संस्कृतानि पयांसि च ।
अथवा बृहत्पञ्चमूल आदि वातविकार नाश गर्ने ओखती हाली पकाइएको दूध पिउन दिनाले पनि **दम** र खोकी नाश हुन्छ ।

परबर आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

परबरका पात वा सैजन वा सुकेको मूलामध्ये कुनै एकको यूष पिउने गर्नाले बाङुलीरोग र दम नाश हुन्छ ।

पाडरी आदिको प्रयोग (च्यवनप्राश)

(क) शार्ङ्गधर संहिता : च्यवनप्राश

पाटलाऽरणिकाश्मर्यबिल्वारलुकगोक्षुराः । पर्ण्यौ बृहत्यौ पिप्पल्यः शृङ्गी द्राक्षाऽमृताऽभया ॥
बला भूम्यामली वासा ऋद्धिजीवन्तिका शठी । जीवकर्षभकौ मुस्तं पौष्करं काकनासिका ॥
मुद्गपर्णी माषपर्णी विदारी च पुनर्नवा । काकोल्यौ कमलं मेदे सूक्ष्मैलाऽगरुचन्दनम् ॥
एकैकं पलसम्मानं स्थूलचूर्णितमौषधम् । एकीकृत्य बृहत्पात्रे पञ्चामलशतानि च ॥
पचेद् द्रोणजले क्षिप्त्वा ग्राह्यमष्टांश(ष्टाव)शेषितम् । ततस्तु तान्यामलानि निष्कुलीकृत्य वाससा ॥
दृढहस्तेन सम्पीड्य क्षिप्त्वा तत्र ततो घृतम् । पलसप्तमितं तानि किञ्चिद्भृष्ट्वाऽल्पवह्निना ॥
ततस्तत्र क्षिपेत् क्वाथं खण्डं चार्धतुलोन्मितम् । लेहवत्साधयित्वा च चूर्णानीमानि दापयेत् ॥
पिप्पली द्विपला देया तुगाक्षीरी चतुष्पला । प्रत्येकञ्च त्रिशाणः(णं) स्युस्त्वगेलापत्रकेसराः(रम्) ॥
ततस्त्वेकीकृते तस्मिन्क्षिपेत्क्षौद्रञ्च षट्पलम् । इत्येतच्च्यवनप्रोक्तं च्यवनप्राशसंज्ञितम् ॥
लेहं वह्निबलं दृष्ट्वा खादेत्क्षीणो रसायनम् । बालवृद्धक्षतक्षीणा नारीक्षीणाँश्च शोषिणः ॥
हृद्रोगिणः स्वरक्षीणा ये नरास्तेषु युज्यते । कासं श्वासं पिपासाञ्च वातास्रमुरसो ग्रहम् ॥
वातपित्तं शुक्रदोषं मूत्रदोषञ्च नाशयेत् । मेधां स्मृतिं स्त्रीषु हर्षं कान्तिं वर्णप्रसन्नताम् ॥
अस्य प्रयोगादाप्नोति नरो जीर्णविवर्जितः ।

पाडरी, अरणी, खमारी, बेलको जरा, ऐरेलु, ओदानेकाँडो, साकिनु, सतिबयर, ठूलो बिही, सानो बिही, पिप्ला, पिप्लाको जरा, चाभा, उत्तिस, दाख, गुर्जो, हर्रो, बलु, भुइँअमला, असुरो, ऋद्धि, जिवन्तिका, सेतोहलेदो, जीवक, ऋषभक, नागरमोथे, अरिडको मूल जरो वा कमलको जरो, कौवाठोरी, वनमुगी, वनमाष, भुइँकुभिण्डो वा बिराले लहरो, पुनर्नवा, कल्छे लहरो, दूधे कल्छे लहरो, कमल, खिरौंलो, ठूलो खिरौंलो, सुकुमेल, धूपी र रक्तचन्दन : यी सबै ओखती चार चार तोला जम्मा पारी अलिअलि कुट्नू । यसपछि ठूला खालका अमला पाँच सय वटा ठूलो भाँडोमा हाली, त्यसमा एक हजार चौबीस तोला पानी हालेर उसिन्नू । जब पानी आठ भागको एक भाग बाँकी रहन्छ तब अमला निकाल्नू । अमला ताछ्नू र एउटा भाँडोको मुखमा बलियोसँग सफा कपडा बाँधी त्यो अमला त्यसमाथि हातले बेस्सरी घोट्नू । त्यसपछि कपडाले छानिएको अमलाको लेदोमा अठ्ठाईस तोला घिउ हाली मन्द आँचमा हल्का भुट्नू । यसपछि पहिले तयार पारिएका ओखतीको काँढापानी र २.४ कि.ग्रा. खुँदो मिसाउनू । अनि बाक्लो नहुँदासम्म पकाउनू । बाक्लो भएपछि आठ तोला पिप्लाको धुलो, सोह्र तोला वंशलोचन; दालचिनी, अलैंची र तेजपातको धुलो नौ नौ ग्राम हाली राम्ररी चलाउनू । यो अवलेहलाई जम्मा पारी फेरी त्यसमा चौबीस तोला मह मिसाउनू । यसपछि च्यवनऋषिले बताएको च्यवनप्राश नामक अवलेह तयार हुन्छ । यो दुब्लाएका मानिसका लागि रसायनी हुन्छ । पचाउने क्षमता हेरी यो अवलेह खानु पर्दछ । बालक, वृद्ध, घाउले पीडित, (पछि) नपुंसक बनेका, सुकेनासका रोगी, मुटुका रोगी र स्वर बसेका मानिसका लागि यो अवलेह उपयुक्त हुन्छ । यसले खोकी, दुम, तिर्खा, वातरक्त, छातीका रोग, वातविकार, पित्तविकार, वीर्यका दोष र मूत्रका रोग नाश गर्दछ । यो अवलेह खाने गर्नाले पुरुषको बुद्धि, सम्झनाशक्ति, स्त्रीरमणको चाहना, शरीरको चमक, शरीरको वर्ण र मनको सन्तोष प्राप्त हुन्छ । यो खानेलाई अजीर्ण हुँदैन ।

पाण्डु र शोथ रोगका ओखतीको प्रयोग

(क) सुश्रुत संहिता :

पाण्डुरोगेषु शोथेषु ये योगाः संप्रकीर्तिताः ॥ श्वासकासापहास्तेऽपि कासघ्ना ये च कीर्तिताः ।

पाण्डु र शोथ रोगमा बताइएका खोकी नाशक ओखती पनि खोकी र दमरोग नाशक हुन्छन् ।

पान आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

बङ्गाली पानको रस आधा सेर, अदुवाको रस आधा सेर, अनारको रस आधा सेर, पिप्ला सात तोला र कालो मरिच पाँच तोला मिसाएर सवा सेर मिश्री हालेर घोली धेरै बाक्लो नहुने गरी चास्नी बनाउनू। बिहानबेलुकी एक एक तोला पिउने गर्नू। यसले सबै खालका जरो, दम र खोकी नाश गर्दछ। भोक बढाउँदछ। यो खाने अवधिमा शरीरले सहने कुरा मात्र खानपिन गर्नू। यो बालक, स्त्री, वृद्ध र युवा सबैले खान हुन्छ। (तर मात्रा मिलाउनु पर्दछ)।

पारो आदिको प्रयोग

(क) भावप्रकाश संहिता :

रसो गन्धो विषश्चापि टङ्कणञ्च मनः शिला । एतानि कर्षमात्राणि मरिचं चाष्टकर्षकम्॥
कटुत्रयं कर्षयुग्मं पृथगत्र विनिक्षिपेत् । रसः श्वासकुठारोऽयं सर्वश्वासनिवारणः॥

पारोभस्म एक तोला, गन्धकभस्म एक तोला, वत्सनाभ एक तोला, स्वाग एक तोला, मैनशिल एक तोला र कालो मरिच आठ तोला जम्मा पारी राम्ररी पिस्नू । त्यसपछि यो धूलोमा दुई तोलो सुठोको धूलो, दुई तोला मरिचको धूलो र दुई तोला पिप्लाको धूलो बेग्लाबेग्लै मिसाउनू । यसरी तयार हुने प्रसिद्ध ओखतीलाई “श्वासकुठार रस” भनिन्छ । यो ओखती दुई रत्ती सादा पानका पानमा राखेर खाने गर्नू । यसले सबै खालका **दम** नाश हुन्छन् ।

(ख) भैषज्य रत्नावली : विजयवटी

सूतकं गन्धकं लौहं विषमभ्रकमेव च । विडङ्गं रेणुकं मुस्तमेलाग्रन्थिककेशरम्॥
त्रिकटु त्रिफला शुल्वभस्म जैपालचित्रकम् । एतानि समभागानि द्विगुणो दीयते गुडः॥
कासे श्वासे क्षये गुल्मे प्रमेहे विषमज्वरे । सूतायां ग्रहणीदोषे शूले पाण्ड्वामये तथा॥
हस्तपादादिदाहेषु वटिकेयं प्रशस्यते॥

शुद्ध पारो, शुद्ध गन्धक, लोहभस्म, शुद्ध वत्सनाभ विष, अभ्रखभस्म, वायुविडङ्ग, रेणुक (?), नागरमोथे, सुकुमेल। पिप्लाको जरा, नागकेशर, त्रिकटु, त्रिफला, ताम्रभस्म, शुद्ध जयपाल र चितू बराबर लिई धूलो बनाउनू । यसको दोब्बर पुरानो सखर मिसाएर गोली बनाउनू । यो गोली खोकी, **दम**, क्षयरोग, गुल्म, प्रमेह, विषमज्वर, सुत्केरीरोग, कब्जियत, शूल, पाण्डु, हातगेडा पोल्ने आदि रोगमा प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

श्वासकुठाररस

रसं गन्धं विषं टङ्कं शिलोषणकटुत्रिकम् । सर्वं सम्मर्द्य दातव्यो रसः श्वासकुठारकः॥
वातश्लेष्मसमुद्भूतं कासं श्वासं स्वरक्षयम्॥

प्रशोधित पारोभस्म, शुद्ध गन्धक, शुद्ध वत्सनाभ नामक विष, शुद्ध सुहागा, मैनसिल, पिप्ला र त्रिकटु एक एक तोला लिनू (मरिच दुई तोला लिनू) । सबै मिसाएर पानीमा पिस्नू र एक एक रत्तीका गोली बनाउनू । एक एक गोली अदुवाको रस र महसँग खुवाउने गर्नू । यो ओखतीले वातजन्य र कफजन्य खोकी, **दम** र स्वरबसेको रोग नाश गर्दछ ।

महाश्वासकुठार रस

रस गन्धं विषञ्चैव टङ्कणं समनःशिलम् । एतानि समभागानि मरिचं चाष्ट टङ्कणात्॥

टङ्कषट्कं द्विकटुकं खल्ले कृत्वा विचूर्णयेत् । रसः श्वासकुठारोऽयं विषमश्वासकासजित्॥
प्रतिश्यायं च यक्ष्माणमेकादशविधं क्षयम् । हृद्रोगं पार्श्वशूलं च स्वरभेदं च दारुणम्॥
सन्निपातं तथा तन्द्रां प्रमेहांश्च विनाशयेत् । गता संज्ञा यदा पुंसां तदा नस्यं प्रदापयेत्॥
घ्राणयेन्नासिकारन्ध्रे संज्ञाकारकमुत्तमम् । सूर्य्यावर्त्तार्द्धभेदौ च दुस्सहां च शिरोव्यथाम्॥
अनुपानं पर्णरसमार्द्रकस्य रसं तथा॥

प्रशोधित पारो भस्म, शुद्ध गन्धक, शुद्ध वत्सनाभ विष, सुहागा र मैनसिल उक एक भाग लिनू । कालोमरिच आठ भाग, सुठो छ भाग र पिप्ला छ भाग लिनू । सबै मिसाएर पिसी धूलो बनाउनू । यो ओखती एक एक रत्ती खाएपछि पानको रस अथवा अदुवाको रस पिउनू । यो श्वासकुठाररसले **अति कठिन दमरोग**, खोकी, प्रतिश्याय, क्षयरोग, एघार प्रकारका क्षय, मुटुका रोग, पिँडौलामा हुने शूल, स्वरभेद रोग, भयानक सन्निपात रोग, तन्द्रारोग र प्रमेह नाश गर्दछ । जब मानिस होस हराएर बेहोस हुन्छ तब उसका नाकका प्वालमा यो रसले नस्य दिनू । यो बेहोस भएका मानिसलाई होसमा लेराउनका लागि उत्तम ओखती हो । यसले अधा दुखेको, अर्द्धावभेदक नामक टाउकाको रोग तथा सहनै नसकिने खालको टाउकाको पीडा समेत नाश गर्दछ ।

श्वासभैरवरस

रसं गन्धं विषं व्योषं मरिचं चव्यचित्रकम् । आर्द्रकस्य रसेनैव सम्मर्द्य वटिकां ततः॥
गुञ्जाद्वयप्रमाणेन खादेत्तोयानुपानतः । स्वरभेदं निहन्त्याशु श्वासं कास सुदुर्जयम्॥

प्रशोधित पारोभस्म, शुद्ध गन्धक, शुद्ध वत्सनाभ, त्रिकटु, मरिच, चाभो र चितूको जरा सबै मिसाएर बनाइएको धूलो एक भाग लिनू । मरिचको धूलो दुई भने दुई भाग लिनू । सबै मिसाएर अदुवाको रसमा घोट्नू । दुई दुई रत्तीका गोली बनाउनू । यो गोली खाएर तातोपानी पिउने गर्नू । यसले स्वरभेद, कठिन खालको **दम** र खोकी चाँडै नाश गर्दछ ।

श्वासकासचिन्तामणि

पारदं माक्षिकं स्वर्णं समांशं परिकल्पयेत् । पारदार्द्धं मौक्तिकं च सूताद् द्विगुणगन्धकम्॥
अभ्रं चैव तथा योज्यं व्योम्नो द्विगुणलौहकम् । कण्टकारीरसेनैव च्छागीदुग्धेन वै पृथक्॥
यष्टीमधुरसेनैव पर्णपत्ररसेन च । भावयेत्सप्तवारं च द्विगुञ्जां वटिकां भजेत्॥
पिप्पलीमधुसंयुक्तां श्वासकासविमर्दिनीम्॥

प्रशोधित पारोभस्म, सुनामक्खी, र स्वर्णभस्म एक एक तोला; मोतिभस्म छ मासा, शुद्ध गन्धक दुई तोला, अभ्रखभस्म दुई तोला र लोहभस्म चार ताला मिसाएर पिसी कण्टकारीको रस, बाख्रीको दूध र जेठीमधुको रसमा क्रमैले बेग्लाबेग्लै सात सात पटक ढड्याउनू । त्यसपछि झिकेर दुई दुई रत्तीका गोली बनाउनू । यो गोली पिप्लाको धूलो र महसँग खाने गर्नू । **दम** र खोकी नाश हुन्छ ।

(ग) रसरत्न समुच्चय : सूर्यावर्त्त रस

सूतार्धं गन्धकं मर्द्यं यामैकं कन्यकाद्रवैः । द्वयो समं ताम्रभस्म पूर्वकल्केन मेलयेत्॥

दिनकै हण्डिकामध्ये पक्वमादाय चूर्णयेत् । सूर्यावर्तरसो ह्येष द्विगुञ्ज श्वासजिद्भवेत्॥

शुद्ध पारोभस्म दुई तोला र शुद्ध गन्धक एक तोला, मिसाएर घिउकुमारीको रसमा एक प्रहरसम्म भिजाउनू र त्यसपछि निकाली पिस्नू । यसमा तीन तोला ताम्रभस्म मिसाएर गोली बनाउनू । अनि शरावसम्पूटमा बन्द गरी एक दिनसम्म माण्डयन्त्रमा पकाउनू । पूरै सेलाएपछि ओखती निकालेर राम्ररी पिस्नू । यसलाई सूर्यावर्त रस भनिन्छ । यो रस दुई दुई रत्तीका दरले पिउनाले नै **<u>दम</u>**को रोग नाश गर्दछ ।

श्वासान्तक रस

सूतः षोडशः तत्समो दिनकरस्तस्यार्धभागो बलिः
सिन्धुस्तस्य समः सुसूक्ष्ममृदितः षट्पिप्पलीचूर्णितः ।
जम्बीरं स्वरसेन मर्दितमिदं तप्तं सुपक्वं भवेत्
कासश्वाससगुल्मशूलजठरं पाण्डुं लिहन्नाशयेत्॥

पारो सोह्र तोला, ताम्रभस्म सोह्र तोला, गन्धक आठ तोला, सिँधेनुन आठ तोला र पिप्ला छ तोला मिसाएर राम्ररी पिसी ज्यामिर (जम्बीर) को रसमा भिजाएर गोली बनाउनू । यी गोलीलाई शराबसम्पुटमा बन्द गरी एक दिनसम्म भाण्डपुटमा पकाउनू । पुनः राम्ररी पिसेर राख्नू । यो रस हरेक दिन बिहानबेलुकी एक वा दुई रत्ती खाने गर्नाले खोकी, **<u>दम</u>**, गुल्म, शूल, उदररोग र पाण्डुरोग जरैदेखि नाश हुन्छ ।

श्वासहर वटक

साधारणं तु वटकं वक्ष्यामि श्रृणु तत्त्वतः । पारदं गन्धकं चैव पलमेकं पृथक् पृथक्॥
पलत्रयं त्रिकटुकं वङ्गमेकपलं क्षिपेत् । सर्वमेकत्र संयोज्य दिनानि त्रीणि मर्दयेत्॥
गोमूत्रेण तथा त्रीणि दिनानि परिमर्दयेत् । अक्षप्रमाणवटकं छायाशुष्कं तु कारयेत्॥
नित्यमेकं तु वटक दिनानि त्रिंशदेव च । श्वासकासज्वरहरमग्निमान्द्याऽरुचिप्रणुत्॥

अब स्त्री, बालक, वृद्ध आदि सबैका लागि हुने दम नाशक गोलिका बारेमा बताउँदछु । यसलाई विशेष ध्यान दिनु पर्दछ । पारोभस्म चार तोला, गन्धक चार तोला; सुठो, मरिच र पिप्ला एक एक पल र वङ्गभस्म चार तोला मिसाएर तीन दिनसम्म भिजाउनू । यसपछि तीन दिनसम्म गहुँतमा घोटी एक एक तोलाका गोली बनाएर छायामा सुकाउनू । त्यसमध्येबाट हरेक दिन एक एक गोली निकालेर खाने गर्नू । यो रस तीन दिनसम्म नियमपूर्वक खानाले **<u>दम</u>**, खोकी, जरो, कमजोर पाचनशक्ति, अरुचि आदि रोग अवश्य नै नाश हुन्छ ।

सप्तामृता वटी

रसभागो भवेदेको गन्धको द्विगुणो मतः । त्रिभागा पिप्पली ग्राह्या चतुर्भागा हरीतकी॥
विभीतः पञ्चभागस्तु वासा षड्गुणिता भवेत् । भाङ्गा सप्तगुणा ग्राह्य सर्वं चूर्णं प्रकल्पयेत्॥
बब्बूलक्वाथमादाय भावयेदेकविंशतिः । विभीतकप्रमाणेन मधुना गुटिकां चरेत्॥

एकैकां भक्षयेत्प्रार्वटी सप्तमृताऽभिधा ॥ श्वासकासादिकं व्याधिं तत्क्षणान्नाशयेदियम् ॥

पारोभस्म एक तोला, गन्धक दुई तोला, पिप्ला तीन तोला हर्रो चार तोला, बर्रो पाँच तोला, असुरो छ तोला र चिन्डे सात तोला लिनू । सबैलाई मिसाएर धूलो पारी बबुलकाको काँढापानीमा एक्काइस पटक भिजाउनू । त्यसपछि निकालेर मह हाली एक एक तोलाका गोली बनाउनू । यसलाई सप्तामृतावटी भनिन्छ । यो हरेकदिन बिहान दुई दुई गोली खानू । यसले **दम**, खोकी आदि रोग तुरुन्त नाश गर्दछ ।

नीलकण्ठ रस

सूतं शुल्ब सुलोह बलिममृतयुत त्रित्रिं रेणुकाब्धं
गण्डीरं केसराग्निं द्विगुणगुडयुतं मर्दयित्वा समस्तम् ।
कुर्यात्कोलास्थिमात्रां सुरुचिर वटकान्भक्षयेत्प्राग्दिनादौ
पथ्याशी सर्वरोगान्हरति च नितरां नीलकण्ठाभिधानः ॥

पारो, ताम्रभस्म, कान्तलोहभस्म, गन्ध, शुद्ध वत्सनाभ, त्रिकटु, त्रिफला, त्रिजातक, रेणुका, नागरमोथे, गण्डिर, केसर र चितू मिसाएर पिसी कपडछान गर्नू । त्यो धूलोमा दोब्बर सक्खर मिसाएर पिस्नू । अनि बयरका दानाजत्रा उत्तम गोली बनाउनू । यसमध्येबाट हरेक दिन बिहान एक एक गोली खाने गर्नू र पथ्य कुरा खानपिन गर्नू । यसरी लगातार खानाले यो रसले **दम**, खोकी आदि सबै खालका रोग अवश्य नाश गर्दछ ।

सूर्यरस

रसगन्धकताम्राभ्र कणाशुण्ठचूषणं समम् । भूतमेकं विषं चैकं सर्यःकासादिनाशनः ॥

पारो, गन्धक, ताम्रभस्म, अभ्रखभस्म, पिप्ला, सुठो र मरिच बराबर लिई शुद्ध वत्सनाभ र बर्रो (भूत) एक भाग मिसाएर धूलो बनाउनू । यसलाई सूर्यरस भनिन्छ । यसले खोकी, **दम** जस्ता रोग विशेष किसिमले शान्त पार्दछ ।

(घ) रसरत्नाकर : अथ सूर्यावर्तरसः

सूतार्द्धं गन्धकं मर्द्यं यामैकं कन्यकाद्रवैः । द्वयोस्तुल्यं ताम्रपत्रं पूर्वकल्केन लेपयेत् ॥
दिनैकं हण्डिकायन्त्रे पक्वमादाय चूर्णयित् । सूर्यावर्त्तोरसोनाम द्विगुञ्जं श्वासजिद्भवेत् ॥

पारो दुई भाग र गन्धक एक भाग घिउकुमारीको रसमा एक प्रहरसम्म घोट्नू । दुवै बराबर तामाका पातलो पाता लिनू र त्यसमा अघि घोटेको लेप दल्नू । त्यो तामाको पातो हण्डिकायनत्रमा हाल्नू र एक दिन पकाउनू । सेलाएपछि झिकेर धूलो बनाउनू । यो ओखती दुई रत्तीका दरले खाने गर्नाले **दमरोग** नाश हुन्छ ।

अथ मेघडम्बररसः

तण्डुलीयद्रवैः पिष्टं तत्तुल्यञ्च गन्धकम् । वज्रमूषाघृतं पच्याद्भूधरे भस्मतां नयेत्॥
दशमूलकषायेण भावयेत्प्रहरद्वयम् । गुञ्जाद्वयं जयत्याशु हिक्काश्वासज्वरप्रणुत्॥
अनुपानेन दातव्यं रसोऽयं मेघडम्बरः । अभयापिप्पलीभार्ङ्गीपुष्करंकर्कटीशठी॥
शर्कराष्टगुडं योज्यमनुपानं प्रयोजयेत्॥

पारो र गन्धक बराबर लिई लुँडेको सागको रसमा पिसेर वज्रमूषामा राखी भूधरयन्त्रमा पकाउनू । त्यसपछि दुई प्रहरसम्म दशमूलको काढँपानीमा ढड्याउनू । यो मेघडम्बररस दुई रत्ती अनुपानसहित खाने गर्नू । बाडुली, **दम** र जरो नाश गर्दछ । अनुपानका लागि हर्रो, पिप्ला, पुष्करमूल, कर्कटश्रृङ्गी र कचूरको धूलो बराबर लिई आठ गुना मिश्री मिसाएर प्रयोग गर्नू ।

अथ चन्द्रिकाबद्धरसः

द्वाभ्याञ्चररसगन्धाभ्यां कज्जलीं कारयेद्बुधः । निशाभां कारयेन्मूषां कज्जलीं तां विनिक्षिपेत्॥
पलैकं शुद्धताम्रस्य पत्रिकां तत्र निक्षिपेत् । सम्यङ्निरुध्य संशोष्यं क्षिपेत्कुक्कुटकेपुटे॥
स्वाङ्गशीतलमुद्धृत्य धमेट्टङ्कणसंयुतम् । काचटङ्कणयोगेन धमेत्तं चाष्टधा पुटे॥
ईषद्वङ्गसमायोगः समावर्त्तिततारकम् । सार्द्धं तेनैव भावेन निष्कमात्रेण योजयेत्॥
गोजलैरष्टधाभिन्नं स्वल्पगन्धकसंयुतम् । मूषिकायां विनिक्षिप्य रुद्धा तं प्रधमेत्ततः॥
द्वित्रिवारं कृते ह्येवं तं तारं तत्र जीर्यति । जीर्णे सुवर्णमानञ्च तत्र नागं नियोजयेत्॥
तद्गोलं तत्र चादाय कटुत्रितय कट्फलैः । चूर्णितैः सहसंयोज्य तुलामात्रं निषेवितम्॥
श्वासं कासं क्षयं शूलं प्लीहगुल्माग्निमन्दताम् । वातरोगमशेषञ्च कफरोगमनेकधा॥
ज्वरं नानाविधं चैव पीडामुदरसम्भवम् । ग्रहणीं श्वयथुञ्चैव अर्शांसि च भगन्दरम्॥
यकृद्वृद्धिं तथा प्लीह मेदोवृद्धिञ्च विद्रधिम् । एवमन्यान्हरेद्व्याधीस्तमः सूर्योदये यथा॥
तत्तद्रोगहरैर्योगैर्योजनीयः सदारसः । चन्द्रिकाबद्धसूतोऽयं जलदोषनिवारणः॥
स्वस्थानं नित्यमेवात्र देहलाघवकारकम्॥
(रसगन्धकयोः फलमेकं ग्राह्यं, निशाभां निशाकारमूषाम् ।) ।

पारो र गन्धक बराबर लिई घोट्नू । रातमा मूषा बनाउनू । घोटेको ओखती मूषामा राख्नू । त्यसमाथि चार तोला तामाको पातो राख्नू । मूषालाई राम्ररी बन्द गर्नू । कुक्कुटपुटमा पकाउनू । सेलाएपछि बराबर मात्रामा सुहागा मिसाउनू । पुनः पकाउनू । त्यसपछि पुनः काँच र सुहागा बराबर मिसाएर आठ पटक पुटपाक गर्नू । दुई तो राङ र दुई रतजभस्म मिसाउनू । आठ पटक गहुँतमा ढड्याउनू । अलिकति गन्धक मिसाएर सम्पुटमा राख्नू । दुई तीन पटक आगोमा पकाउनू । यसो गर्नाले जाँदी जीर्ण हुन्छ । त्यसपछि चाँदी बराबर स्वर्णभस्म र सिसाभस्म मिसाउनू । गोली बनाउनू । त्यो गोली सुठो, मरिच, मरिच काफलको धूलोसँग खाने गर्नू । **दम**, खोकी, क्षय, शूल, फियोका रोग, गुल्म, मन्दाग्नि, सबै खालका वातरोग, अनेक थरी कफरोग, अनके थरी जरो, पेट दुख्ने समस्या, गहणी, सूजन, हर्सा, भगन्दर, कलेजोका रोग, वृद्धिरोग, फियोको समस्या, बोसोवृद्धि, विद्रधि आदि रोग त्यसरी नै नाश हुन्छ जसरी सूर्यले अन्धकार नाश गर्दछ । यो ओखती रोग अनुसारको अनुपान सहित खानु पर्दछ । यसले जलदोष नाश गर्दछ र शरीरलाई हलुका बनाउँदछ ।

(ङ) वैद्यरहस्य : घोडाचोलीरसः

पारदं टङ्कणं गन्धं विषं व्योषं फलत्रयम् । तालकं च समं सर्वं जैपालं चापि तत्समम् ॥
मर्दयेद्भृङ्गनीरेण भावना तु त्रिसप्तधा । गुञ्जामात्रां वटीं कृत्वा छायायां शोषयेद्बुधः ॥
श्रृङ्गवेररसैः सार्द्धं वटीमेकां प्रयोजयेत् । उष्णेन वातशूले च कासे श्वासे च यक्ष्मिणे ॥
घोडाचोलीति विख्याता नाम्ना नागार्जुनोदिता । एका वटी च मधुना वलितं पलितं जयेत् ।
सौभाञ्जनाङ्घ्रिरसगोघृताभ्यां जठरशूलं जयेत् ॥ दध्नाजीर्णम् । शतपत्ररसेन शीतज्वरम् । पुनर्नवारसेन पाण्डुम् । तिलपर्णीरसेन नेत्राञ्जिते नेत्ररोगान् । तन्दुलोदकेन विषम् । जीरशर्कया ज्वरम् । बहुदिन सेवनेन सुभगो भवेत् । वचादेवदारुकुष्ठैरस्थिवातम् । मस्तककेशान्दूरीकृत्यछित्त्वा निम्बुनीरेण मर्दयेत् । दन्तनिर्मुक्तं भवति । गोमूत्रेण पूगफलल्नव्यथां हरेत् । आर्द्रकरसेन विरेचनं भवति । जातीफलेनार्शसां नाशयति । पुत्रजीवारसेन वन्ध्यायाः पुत्रप्राप्तिः । शिरीष्रसेन कटिवातम् । आटरूषकरसेन श्वासकासे ॥

पारो, सुहागा, गन्धक, वत्सनाभ, त्रिकटु र त्रिफला बराबर लिनू । यो सबै बराबर हरिताल लिनू । हरिताल जति नै अजयपाल लिनू । सबैलाई पिसेर भृङ्गराजको रसमा २१ पटक ढड्याउनू । त्यसपछि एक उक रत्तीका गोली बनाउनू र छायामा सुकाउनू । एक एक गोली अदुवा रस केही तताएर त्यो रससँग खान दिनू । वातजन्य शूल, खोकी, दम र क्षयरोग नाश हुन्छ । यो नागार्जुनले बताएको घोडाचोलीगोली हो । यो गोली महसँग खानाले उमेर नपुगी छाला चाउरी पर्ने र कपाल फुल्ने रोग नाश हुन्छ । सैजनको जराको रस र गाईको घिउसँग खानाले उदरशूल नाश हुन्छ । दहीसँग खाए अजीण नाश हुन्छ । गुलाफको रससँग खाए शीतज्वर नाश हुन्छ । पुनर्नवाको रससँग खाए पाण्डुरोग नाश हुन्छ । रक्तचन्दनमा पिसी दले आँखाका रोग नाश हुन्छ । चौलानीसँग खाए विषविकार नाश हुन्छ । जीरा र मिश्रीसँग खाए जरो नाश हुन्छ, धेरै दिन खाए शरीरको वर्ण उज्वल हुन्छ । बोझो, देवदार र कूटसँग खाए हाडमा हुने वातरोग नाश हुन्छ । कपाल खौरी कागतीको रसमा पिसेर दल्नाले दाँत दुख्न बन्द हुन्छ ।वा हल्लिन बन्द हुन्छ । गहुँतसँग खाए सुपारीजन्य विकार नाश हुन्छ । अदुवा रससँग खाए दिसा लाग्दछ । जाइफलको रससँग खाए हर्सा नाश हुन्छ । पुत्रञ्जीवाको रससँग खाए वन्ध्यालाई पनि सन्तान हुन्छ । शिरीषको रससँग खाए कम्मरको वातरोग नाश हुन्छ । असुरोको रससँग खाए <u>**दम**</u> र खोकी नाश हुन्छ ।

सूर्यावर्त्तरसः

सूतार्द्धंबलिमेकयाममभितः कन्यारसैर्मदये-
त्तद्द्वन्द्वेन समं तु शुल्बजलदं लिप्त्वा घटीयन्त्रके ।
पक्त्वैषाहमथाहरेन्निगदितो वल्लोन्मितः श्वासजित्-
सूर्यावर्त्तरसोऽथ गन्धमरिचं साज्यं कफश्वासजित् ॥

पारो एक भाग र त्यसका आधा गन्धक लिई घिउकुमारीको रसमा एक प्रहरसम्म घोट्नू । त्यसपछि गन्धक र पारो बराबरको तामाको पातामा लेपेर घटीयन्त्र (तामाको बट्टा) मा हाली बालुकायन्त्रमा एक दिनसम्म पकाउनू । यो सूर्यावत्तरस गन्धक, मरिच र घिउ मिसाएर खानाले कफविकार र <u>**दमलाई**</u> जित्दछ ।

श्वासकुठारो रसः

रसं गन्धं विषं चैव टङ्कणं च मनःशिला । एतानि टङ्कमात्राणि मरिचं चाष्टटङ्ककम्॥
एकैकं मरिचं दत्त्वा खल्वे सूक्ष्मं विधाय च । कटुत्रयं टङ्कषट्कं दत्वा पश्चाद्विचूर्णयत्॥
सर्वमेकत्र संचूर्ण्य काचकुप्यां विनिक्षिपेत् । गुञ्जामात्रं प्रदातव्यं पर्णखण्डेन बुद्धिमान्॥
सन्निपाते च मूर्च्छायामपस्मारे तथा पुनः । प्रतिमोहत्वमापन्ने नस्यं दद्याद्विचक्षणः॥
रसःश्वासकुठारोऽयं सर्वश्वासनिकृन्तनः॥

प्रशोधित पारोभस्म, शुद्ध गन्धक, वत्सनाभ, सुहागा र मैनसिल एक एक टङ्क लिनू । कालो मरिच आठ टङ्क लिनू । सबै लाई मरिच मिसाएर बेग्लाबेग्लै पिस्नू । पुनः त्रिकटु छ टङ्क मिसाएर पिस्नू । सबै मिसाएर पुनः पिस्नू । त्यसपछि सिसिमा हालेर राख्नू । यो रस एक रत्ती पानको पातमा हालेर खाने गर्नू । सन्निपात, बेहोसी र छारेरोगमा लाभ दिन्छ । पूरै बेहोस हुँदा यसको नस्य दिनू । यो श्वासकुठार रसले सबै प्रकारका **दमरोग** पनि नाश गर्दछ ।

अमृतार्णवो रसः

पारदं गन्धकं शुद्धं मृतं लोहं च टङ्कणम् । रास्ना विडङ्गं त्रिफला देवदारु कटुत्रयम्॥
अमृता पद्मकं क्षौद्रं विषं तुल्यं सुचूर्णितम् । त्रिगुञ्जं श्वासकासार्त्तः सेवयेदमृतार्णवः॥

शुद्ध पारो र शुद्ध गन्धक लिनू । वत्सनाभ, लोहभस्म, सुहागा, फ्याक्सेकन्द, वायुविडङ्ग, त्रिफला, देवदार, त्रिकटु, गुर्जो, कमल र कमलको डाँठ बराबर लिनू । सबै मिसाएर पिसी मह मिसाएर तीन तीन रत्तीका गोली बनाउनू र। यो अमृतार्णव रस **दम** र खोकीका रोगीलाई खुवाउनू ।

(च) शार्ङ्गधर संहिता : लोकनाथ रस

शुद्धो बुभुक्षितः सूतो भागद्वयमितो भवेत्॥
तथा गन्धस्य भागौ द्वौ कुर्यात्कज्जलिकां तयोः । सूताच्चतुर्गुणेष्वेव कपर्देषु विनिक्षिपेत्॥
भागैकं टङ्कणं दत्त्वा गोक्षीरेण विमर्दयेत् । तथा शङ्खस्य खण्डानां भागानष्टौ प्रकल्पयेत्॥
क्षिपेत् सर्वं पुटस्यान्तश्चूर्णलिप्तशरावयोः । गर्ते हस्तोन्मिते धृत्वा पुटेद्गजपुटेन च॥
स्वाङ्गशीतं समुद्धृत्य पिष्ट्वा तत् सर्वमेकतः । षड्गुञ्जासम्मितं चूर्णमेकोनत्रिंशदूषणैः॥

शुद्ध र तेजिलो बनाइएको पारो दुई भाग तथा प्रशोधित गन्धक दुई भाग लिई मिसाएर त्यसमा पारोको चौबर कौडीमा भर्नू । अनि सुहागा एक भाग लिएर गाईको दूधमा घोटी लेप बनाएर त्यो कौडीको मुख बन्द गर्नू । शङ्खका टुक्रा आठ भाग लिई माटाका दुईवटा भाँडामध्ये एउटालाई चूनले लिपी त्यसमा त्यो शङ्खको धुलो आधा हाल्नू । त्यसमाथि कौडी राखी बाँकी शङ्खको धुलो हाल्नू । यसलाई अर्को माटाको भाँडाले छोपी वरिपरि माटोले लेपेर मुख टाल्नू । यसपछि गजपुटमा पोल्नू । सेलाएपछि बाहिर झिकी त्यसबाट ओखती निकाल्नू । यसलाई खलमा हाल्नू । यो रसलाई लोकनाथ रस भनिन्छ ।

लोकनाथ रससँग मिसाएर खाने कुरा

घृतेन वातजे दद्यान्नवनीतेन पित्तजे । क्षौद्रेण श्लेष्मजे दद्यादतीसारे क्षये तथा ॥
अरुचौ ग्रहणीरोगे कार्श्ये मन्दानले तथा । कासश्वासेषु गुल्मेषु लोकनाथरसो हितः ॥

उनन्तीस वटा कालो मरिचको धुलोसँग छ रत्ति लाकनाथ रस घिउसँग मिसाई खाने गर्नाले वातजन्य रोगहरू नाश हुन्छन् । पित्तजन्य रोगमा नौनीसँग खानू । कफजन्य रोगमा महसँग खानू । यो रस खानाले अतिसार, क्षयरोग, अरुची, ग्रहणी, दुब्लोपना, मन्दाग्नि, खोकी, **दम** र गुल्म निको हुन्छ ।

रोग अनुसार लोकनाथ रस खाने विधि

अरुचौ निस्तुषं धान्यं घृतभृष्टं सशर्करम् ॥
दद्यात्तथा ज्वरे धान्यगुडूचीक्वाथमाहरेत् । उशीरवासकक्वाथं दद्यात् समधुशर्करम् ॥
रक्तपित्ते कफे श्वासे कासे च स्वरसङ्क्षये । अग्निभृष्टजयाचूर्णं मधुना निशि दीयते ॥
निद्रानाशेऽतिसारे च ग्रहण्यां मन्दपावके । सौवर्चलाभयाकृष्णाचूर्णमुष्णोदकैः पिबेत् ॥
शूलेऽजीर्णे तथा कृष्णा मधुयुक्ता ज्वरे हिता । प्लीहोदरे वातरक्ते छर्द्याञ्चैव गुदाङ्कुरे ॥
नासिकादिषु रक्तेषु रसं दाडिमपुष्पजम् । दूर्वायाः स्वरसं नस्ये प्रदद्याच्छर्करायुतम् ॥
मधुना लेहयेच्छर्दिहिक्काकोपस्य शान्तये । विधिरेष प्रयोज्यस्तु सर्वस्मिन्पोटलीरसे ॥
मृगाङ्के हेमगर्भे च मौक्तिकाख्ये रसे(परे)षु च । इत्ययं लोकनाथाख्यो रसः सर्वरुजो जयेत् ॥

धनियालाई कुटी त्यसका भुस फालेर घिउमा भुटी मिस्रीसँग यो रस खानाले जरो नाश हुन्छ । धनिया र गुर्जो मिसाई काँढापानी पकाएर त्योसँग यो रस खानाले पनि जरो ठिक हुन्छ । खस र असुरोको काँढापानीमा मह र मिस्री मिसाई त्योसँग यो रस खानाले रक्तपित्त, कफरोग, **दम**, खोकी र स्वर-समस्या ठिक हुन्छ ।

मृगाङ्कपोट्टली रस

भूर्जवत्तनुपत्राणि हेम्नः सूक्ष्माणि कारयेत् ॥
तुल्यानि तानि सूतेन खल्वे क्षिप्त्वा विमर्दयेत् । काञ्चनाररसेनैव ज्वालामुख्या रसेन वा ॥
लाङ्गल्या वा रसैस्तावद्यावद्भवति पिष्टिका । ततो हेम्नश्चतुर्थांशं टङ्कणन्तत्र निक्षिपेत् ॥
पिष्टमौक्तिकचूर्णञ्च हेमद्विगुणमावपेत् । तेषु सर्वसमं गन्धं क्षिप्त्वा चैकत्र मर्दयेत् ॥
तेषां कृत्वा ततो गोलवासोभिः परिवेष्टयेत् । पश्चान्मृदा वेष्टयित्वा शोषयित्वा च धारयेत् ॥
शरावसम्पुटस्यान्ते तत्र (स्यान्तस्तत्र) मुद्रां प्रदापयेत् । लवणापूरिते भाण्डे धारयेत्तञ्च सम्पुटम् ॥
मुद्रां दत्त्वा शोषयित्वा बहुभिर्गोमयैः पुटेत् । ततः शीते समाहृत्य गन्धं सूतसमं क्षिपेत् ॥
घृष्ट्वा च पूर्ववत्खल्वे पुटेद्गजपुटेन च । स्वाङ्गशीतं ततो नीत्वा गुञ्जायुग्मं प्रयोजयेत् ॥
अष्टभिर्मरिचैर्युक्तः कृष्णात्रययुतोऽथवा । विलोक्य देयो दोषादीनेकैका रसरक्तिका ॥
सर्पिषा मधुना वाऽपि दद्याद्दोषाद्यपेक्षया । लोकनाथसमं पथ्यं कुर्यात् स्वस्थमनाः शुचिः ॥
श्लेष्माणं ग्रहणीं कासं श्वासं क्षयमरोचकम् । मृगाङ्कोऽयं रसो हन्यात्कृशत्वं बलहीनताम् ॥

सुनका भोजपत्र जस्ता पातला पाता बनाएर त्यत्ति नै शुद्ध पारो लिई दुवैलाई मिसाई कोइरालो वा ज्वालामुखी (जयन्ती) को वा हलहलेको रसमा हाली जबसम्म मिहीन पिठोजस्तो हुँदैन तबसम्म

खलमा हाली कुट्नू पिस्नू । यसमा सुनको एक चौथाई सुहागा र सुनको दोब्बर मोतिको धुलो मिसाउनू । जति हुन्छ त्यति गन्धक हाल्नू । सबैलाई राम्ररी कुटी मिसाएर गोली बनाउनू । गोलीलाई चारैतिरबाट कपडाले बेरी त्यस बाहिर माटोले लिप्नू । यसपछि घाममा सुकाउनू । यसपछि माटाका दुई वटा भाँडा लिई एउटामा यो गोली राख्नू । अर्को भाँडाले छोपी कपडाले बाँधी माटाले लेपेर मुखजोर्नी बन्द गर्नू । यसपछि एउटा हाँडीमा नुनको धुलो हालेर आधा भर्नू । त्यसको बीचमा यो गोली राख्नू । अनि पुनः नुनकै धुलोले त्यो हाँडी भर्नू । यसपछि हाँडीको पनि मुख बन्द गरी माटोले लिप्नू । यसलाई गजपुटमा कडा आगोमा पोल्नू । जब पूरै सेलाउँदछ तब झिकी खलमा पारो जति गन्धक लिईकोइरालो वा ज्वालामुखीको रसमा भिजाउनू । पुनः माथिकै विधिले गोली बनाई गजपुटमा पोल्नू । जब सेलाउँदछ तब निकाल्नू । यसलाई मृगाङ्क पोटली रस भनिन्छ । यो रस दुई रत्ति आठ गेडा मरिचको धुलो वा तीन वटा पिप्लासँग खान दिनू । रोगको असर हेरी एक रत्ति दिनू, घिउ र मह खान दिनू । यो रस खाने मानिसको अन्तस्करण स्वस्थ र पवित्र हुन्छ । यसपछिका खानपिन लोकनाथ रसका जसरी नै गर्नू । यसरी नियम अनुसार यो मृगाङ्क रस खानाले कफका रोग, ग्रहणी, खोकी, **दम**, क्षयरोग, अरुची, दुब्लोपन र नातागत नाश हुन्छ ।

हेमगर्भपोट्टली रस

सूतात्पादप्रमाणेन हेम्नः पिष्टं प्रकल्पयेत् । तयोः स्याद् द्विगुणो गन्धो मर्दयेत्काञ्चनारिणा(रकैः) ॥
कृत्वा गोलं क्षिपेन्मूषासम्पुटे मुद्रयेत्ततः । पचेद्भूधरयन्त्रेण वासरत्रितयं बुधः ॥
तत उद्धृत्य तत्सर्वं दद्याद्गन्धञ्च तत्समम् । मर्दयेच्चार्द्रकरसैश्चित्रकं स्वरसेन च ॥
स्थूलपीतवराटाँश्च पूरयेत्तेन युक्तितः । एतस्मादौषधात् कुर्यादष्टमांशेन टङ्कणम् ॥
टङ्कणार्धं विषं दत्त्वा पिष्ट्वा सेहुण्डदुग्धकैः । मुद्रयेत्तेन कल्केन वराटानां मुखानि च ॥
भाण्डे चूर्णप्रलिप्तेऽथ धृत्वा मुद्रां प्रदापयेत् । गर्ते हस्तोन्मिते धृत्वा पुटेद्गजपुटेन च ॥
स्वाङ्गशीतं रसं ज्ञात्वा प्रदद्याल्लोकनाथवत् । पथ्यं मृगाङ्कवज्ज्ञेयं त्रिदिनं लवणं त्यजेत् ॥
यदा छर्दिर्भवेत्तस्य दद्याच्छिन्नाशृतन्तदा । मधुयुक्तं तथा श्लेष्मकोपे दद्याद्गुडार्द्रकम् ॥
विरेके भर्जिता भङ्गा प्रदेया दधिसंयुता । जयेत् कासं क्षयं श्वासं ग्रहणीमरुचिन्तथा ॥
अग्निञ्च कुरुते दीप्तं कफवातं नियच्छति । हेमगर्भ परो ज्ञेयो रसः पोट्टलिकाभिधः ॥

शुद्ध पारो एक भाग, त्यसको एक चौथाई सुनको धुलो र पारो एवं सुनको दोब्बर प्रशोधित गन्धक लिनू । सबैलाई कोइरालोको रसमा हाली मोल्नू । अनि डल्लो बनाएर माटाको भाँडामा हाली वरीपरी माटो दल्नू । अनि जमिनका एक हाथ गहिरो खाडल खन्नू र त्यो खाडल भित्र पुनः अर्को सानो खोबिल्टो खनी त्यो भाँडोलाई त्यो सानो खाल्डोमा राखी माटोले पुर्नू । यसपछि त्यो ठूलो खाल्डोमा तीन दिनसम्म आगो बाल्नू । यो कार्यलाई " अग्नि भूधर यन्त्र" भनिन्छ । जब सेलाउँदछ तब भाँडोलाई बाहिर निकाली रस झिक्नू र त्यो त्यसमा त्यति नै गन्धक मिसाउनू । यसलाई पहिला अदुवाको रसमा र त्यसपछि चितूको बोक्राको रसमा घोट्नू । यसपछि ठूलठूला पहेँला कौडा लिएर त्यसमा यो घोटिएको रस हाल्नू । यसको आठौँ भाग सुहागा र त्यसको आधा विष लिई सिउँडीको दूधमा घोटी बाक्लो लेप बनाएर ती कौडाका मुख टाल्नू । यसपछि एउटा हाँडीमा चुन पोती यी कौडाहरू राख्नू । अनि हाँडीको मुखमा अर्को हाँडी घोप्टो पारेर राखी वरीपरी माटोले लिपेर मुख राम्ररी टाल्नू । यसपछि गजपुटमा यो हाँडीलाई पोल्नू । सेलाएपछि निकाल्नू । यो रसलाई "हेमगर्भपोटली रस" भनिन्छ । यसलाई लोकनाथ रस खाने विधिले खानू र मृगाङ्क रसमा बताए अनुसारका खानपिन गर्नू । यो रस खाँदा पनि विशेष गरी नुन हालिएका कुरा खानु हुँदैन । ओखती खाँदा बान्ता भए गुर्जोको काँढापानीमा

मह मिसाएर खानू, ठिक हुन्छ । यसलाई कफजन्य रोगमा मिस्री र अदुवासँग खानू । ओखतीकै कारण दिसा लागे भाङलाई हलुका भुटी दहीमा मिसाएर खानू, ठिक हुन्छ । यो रसले खोकी, क्षयरोग, **दम**, ग्रहणी र अरुची नाश हुन्छ । यसले पाचकाग्नि बाल्दछ, कफविकार र वातविकार नाश गर्दछ ।

हेमगर्भपोट्टली रस बनाउने दोश्रो विधि

रसस्य भागाश्चत्वारस्तावन्तः कनकस्य च । तयोश्च पिष्टिकां कृत्वा गन्धो द्वादशभाग(गि)कः ॥
कुर्यात्कज्जलिकां तेषां मुक्ताभागाश्च षोडश: । चतुर्विंशच्च शङ्खस्य भागैकं टङ्कणस्य च ॥
एकत्र मर्दयेत्सर्वं पक्वनिम्बूकजैः रसैः । कृत्वा तेषां ततो गोलं मूषासम्पुटके न्यसेत् ॥
मुद्रां दत्त्वा ततो हस्तमात्रे गर्ते च गोमयैः । पुटेद्गजपुटेनैव स्वाङ्गशीतं समुद्धरेत् ॥
पिष्ट्वा गुञ्जाचतुर्मानं दद्याद्व्याज्यसंयुतम् । एकोनत्रिंशदुन्मानमरिचैः सह दीयते ॥
राजते मृण्मये पात्रे काचजे वाऽवलेहयेत् । लोकनाथसमं पथ्यं कुर्याच्च स्वस्थमानसः ॥
कासे श्वासे क्षये वाते कफे ग्रहणिकागदे । अतिसारे प्रयोक्तव्या पोट(ट्ट)ली हेमगर्भिका ॥

पारो चार भाग र सुनको धुलो चार भाग लिएर खलमा राम्ररी लेप नबन्दासम्म घोट्नू । यसमा यी दुबैको बाह्र भाग गन्धक मिसाएर घोट्नू । पुनः सोह्र भाग मोति, चौबीस भाग शङ्ख र एक भाग सुहागा लिई यसमा मिसाएर पाकेका कागतीका रस हाली घोटेर गोला बनाई माटाका भाँडामा राख्नू अनि कपडाले बेरी माटोले लिप्नू । अनि एक हात गहिरो र फराकिलो खाडल खनी त्यसमा गुइँठा राखेर बीचमा यो भाँडोलाई राखेर गजपुट अग्निमा पोल्नू । सेलाए पछि झिक्नू । यो रसलाई पनि हेमगर्भपोटली रस भनिन्छ । चार रत्ती यो रस उनन्तीस वटा कालो मरिचको धुलोसँग चाँदीको अथवा माटोको अथवा सिसाको कचौरीमा गाईको घिउसँग प्रसन्न मनले पिउनू र यो अवधिमा लोकनाथ रस पिउँदा बताएकै कुरा खानेपिउने गर्नू । यसो गर्नाले खोकी, **दम**, क्षयरोग, कफविकार, ग्रहणी र अतिसार ठिक गर्दछ ।

स्वयमग्नि रस

शुद्धं सूतं द्विधा गन्धं कुर्यात् खल्वेन कज्जलीम् ॥
तयोः समं तीक्ष्णचूर्णं मर्दयेत् कन्यकाद्रवैः । द्वियामान्ते कृतं गोलं ताम्रपात्रे विनिक्षिपेत् ॥
आच्छाद्यैरण्डपत्रेण यामार्धेऽत्युष्णता भवेद् । धान्यराशौ न्यसेत् पश्चादहोरात्रात् समुद्धरेत् ॥
सञ्चूर्य(र्ण्य) गालयेद्वस्त्रे सत्यं वारितरं भवेत् । भावयेत् कन्यकाद्रावैः सप्तधा भृङ्गजैस्तथा ॥
काकमाचीकुरण्टोत्थद्रवैर्मुण्डयाः पुनर्नवैः । सहदेव्यमृतानीलीनिर्गुण्डीचित्रजैस्तथा ॥
सप्तधा तु पृथग्द्रावैर्भाव्यं शोष्यं तथाऽऽतपे । सिद्धयोगो ह्ययं ख्यातः सिद्धानाञ्च मुखागतः ॥
अनुभूतो मया सत्यं सर्वरोगगणापहः । स्वर्णादीन् मारयेदेवं चूर्णीकृत्य तु लोहवत् ॥
त्रिफलामधुसंयुक्तः सर्वरोगेषु योजयेत् । त्रिकटुत्रिफलैलाभिर्जातीफललवङ्गकैः ॥
सम(नव)भागोन्मितैरेतैः समः पूर्वरसो भवेत् । सञ्चूर्ण्यालेडयेत् क्षौद्रैर्भक्ष्यं निष्कद्वयं द्वयम् ॥
स्वयमग्निरसो नाम्ना क्षयकासनिकृन्तनः ।

प्रशोधित पारो एक भाग र प्रशोधित गन्धक दुई भाग लिएर खलमा घोट्नू । अनि यसमा यति नै स्टिलको धुलो मिसाएर घिउकुमारीको रसमा दुई प्रहरसम्म ढड्याउनू । अनि यसलाई गोली बनाएर तामाको कचौरामा राख्नू । गोलीलाई अरिडका पातले छोप्नू र चार घडीसम्म घाममा राख्नू । गोली

धेरै तातेपछि धानभित्र गाड्नू । एक दिनरात बितेपछि त्यसलाई निकालेर कपडछान गर्नू । यो भस्मलाई यसपछि पानीमा हालियो भने निश्चय नै तैरिन्छ । यसपछि यो भस्मलाई खलमा हाल्नू र घिउकुमारी, भाङ, कवई, पहेँलो कपुरनली, गोरखमुण्डी, पुनर्नवा, सहदेवी, गुर्जो, नीर, नेवारी र चितूको रसमा बेग्लाबेग्लै सात पटक भिजाउँदै सुकाउँदै गर्नू । स्वयमग्निरस तयार हुन्छ । यो रस सबैतिर प्रख्यात छ भनी ठूलठूला विद्वानले भनेका छन्, मैले पनि अनुभवका आधारमा बताएको हुँ । यो रस दुई निष्क त्रिफलाको धुलो र महसँग खानाले **<u>सबै रोग</u>** नाश हुन्छन् । सुठो, मरिच, पिप्ला, हर्रो, बर्रो, अमला, अलैंची, जाइफल र ल्वाङ सबै बराबर मात्रामा लिई धुलो बनाउनू । यो धुलोसँग बराबर मात्रामा यो रस लिनू । दुबैलाई महसँग मिसाएर दुई दुई निष्क खाने गर्नाले क्षयरोग र खोकी नाश हुन्छ । (यो रसायन विधिले सुन आदि धातुलाई फलाम जसरी नै धुलो पारी भस्म गर्नाले ती पनि भस्म हुन्छन् ।)

सूर्यावर्त रस

सूतार्धो गन्धको मर्द्यो यामैकं कन्यकाद्रवैः ॥ द्वयोस्तुल्यं ताम्रपत्रं पूर्वकल्केन लेपयेत् ।
दिनैकं स्थालिकायन्त्रे पक्वमादाय चूर्णयेत् ॥ सूर्यावर्तो रसो ह्येष द्विगुञ्जः श्वासजिद्भवेत् ।

प्रशोधित पारो एक भाग र त्यसको आधा गन्धक लिनू । दुबैलाई मिसाएर घिउकुमारीको रसमा घोटी एक प्रहरसम्म राख्नू । अनि यति नै तामाका पाता लिई त्यसलाई यो लेपले लेप्नू । अनि पातालाई माटाका भाँडामा राखी माटाकै भाँडाले छोपी कपडा बेरेर माटोले लिपी मुख टाल्नू । घाममा सुकाउनू र सुकेपछि आगोमा एकदिनसम्म पोल्नू । यसलाई स्थालिकायन्त्र भन्दछन् । सेलाएपछि झिकी सावधानीपूर्वक धुलो निकाल्नू । यसलाई सूर्यावर्तरस भनिन्छ । **<u>यो रस दुई रत्ति दमका रोगमा खानाले रोग ठिक हुन्छ</u>** ।

लोहरसायन

शुद्धं रसेन्द्रं भागैकं द्विभागं शुद्धगन्धकम् ॥ क्षिपेत्कज्जलिकां कुर्यात्तत्र तीक्ष्णभवं रजः ।
क्षिप्त्वा कज्जलिकातुल्यं प्रहरैकं विमर्दयेत् ॥ ततः कन्याद्रवैः खल्वे त्रिदिनं परिमर्दयेत् ।
ततः सञ्जायते तस्य सोष्णो धूमोद्गमो महान् ॥ अत्यन्तं पिण्डितं कृत्वा ताम्रपात्रे निधापयेत् ।
मध्ये धान्यकुशूलस्य त्रिदिनं धारयेद् बुधः ॥ उद्धृत्य तस्मात् खल्वे च क्षिप्त्वा घर्मे निधाय च ।
रसैः कुठारच्छिन्नायास्त्रिवेलं परिभावयेत् ॥ संशोष्य घर्मे क्वाथैश्च भावयेत् त्रिकटोस्त्रिधा ।
वासाऽमृताचित्रकाणां रसैर्भाव्यं क्रमात्त्रिधा ॥ लोहपात्रे ततः क्षिप्त्वा भावयेत्त्रिफलाजलैः ।
निर्गुण्डीदाडिमत्वग्भिर्बिसभृङ्गकुरण्टकैः ॥ पलाशकदलीद्रावैर्बीजकस्य शृतेन च ।
नीलिकाऽलम्बुषाद्रावैर्बब्बूलफलिकारसैः ॥ भावयेत्त्रित्रिवेलञ्च ततो नागबलारसैः ।
शतावरीगोक्षुरुभिः पातालगरुडीद्रवैः ॥ त्रित्रिवेलं यथालाभं भावयदेभिरौषधैः ।
ततः प्रातर्लिहेत्क्षौद्र घृताभ्यां कोलमात्रकम् ॥ पलमात्रं वराक्वाथं पिबेदस्यानुपानकम् ।
मासत्रयं शीलितं स्याद्वलीपलितनाशनम् ॥ मन्दाग्निं श्वासकासौ च पाण्डुतां कफमारुतौ ।
पिप्पलीमधुसंयुक्तं हन्यादेतन्न संशयः ॥ वातास्र(स्रं)मूत्रदोषाँश्च ग्रहणीं गुदजां रुजम् ।
अण्डवृद्धिं जयेदेतच्छिन्नासत्त्वमधुप्लुतम् ॥ बलवर्णकरं वृष्यमायुष्यं परमं स्मृतम् ।
जयेत् सर्वामयान्कालादिदं लोहरसायनम् ॥ प्रलेपौषधमेतस्मिन् प्रदद्यात्कोलमात्रकम् ।
कूष्माण्डं तिलतैलञ्च माषान्नं राजिकां तथा ॥ मद्यमम्लरसञ्चैव त्यजेल्लोहस्य सेवकः ।

प्रशोधित पारो एक भाग र प्रशोधित गन्धक दुई भाग मिसाएर ओखलमा पिँध्नू । यसमा यी दुई जति नै स्टिलको धुलो मिसेर पिसी एक प्रहरसम्म राख्नू । यसपछि घिउकुमारीको रसमा पिसेर तीन दिन राख्नू । जब यो ओखतीबाट तात्तातो धुवाँ निस्कन थाल्दछ तब यसलाई डल्लो बनाई तामाको भाँडामा राख्नू । अनि धानमा गाड्नू । चौथो दिन झिकी त्यो गोलोलाई धुलो पारी घाममा राखेर बनतुलसीको रसमा तीन पुट दिनू । अनि सुठो, कालोमरिच र पिप्लाको बेग्लाबेग्लै काँढापानी बनाई क्रमैले एक रसको तीन तीन पुट दिनू । यसपछि असुरो, गुर्जो र चितूको रसमा बेग्लाबेग्लै तीन तीन पुट दिनू । यसपछि यसलाई फलामको कराहीमा हाली हर्रो, बर्रो, अमला, नेवारी, दारिमको बोक्रा, कमलकन्द, भाङ, पहेँलो कपुरनली, पलाँश, केराको कन्द, विजयसाल, नीरको फूल, गोरखमुण्डी र बबुरको बोक्राको बेग्लाबेग्लै रस निकाली क्रमैले एक एक रसमा तीन तीन पुट दिनू । यसपछि यो रसायन एक कोल मह र घिउ मिसाएर त्योसँग खानू । त्यसपछि तुरुन्त त्रिफलाको काँढापानी पिउनू । यसरी यो ओखती तीन महिनासम्म खानाले शरीरमा अत्यन्त तागत र फुर्ति आउँदछ । फुलेका कपाल काला हुन्छन् । मह र पिप्लासँग खानाले मन्दाग्नि, **दम**, खोकी, पाण्डु, कफविकार र वायुविकार नाश हुन्छ । गुर्जोको सारसँग मिसाएर खानाले वातरक्त, मूत्रविकार, ग्रहणी र र मलद्वारका रोग निको हुन्छ । अण्डशोध साम्य हुन्छ । यो लोहरस चमक दिने, बलदायक र रति चाहना वर्धक हुन्छ । आयु बढाउँदछ समय अनुसारका सबै रोग नाश गर्दछ । यो ओखती खाने व्यक्तिले कुभिण्डो, तिलको तेल, माष, रायो, मद्य र अमिलो रस खान हुँदैन ।

पाषाणभेद आदिको प्रयोग

(क) रस रत्नाकर :

पाषाणभेदी मत्स्याक्षीद्रवैः पिष्टन्तु मर्दयेत् । तद्गोलं लेपयेद्बाह्ये कल्कैः पाषाणभेदकैः ॥
मत्स्याक्षाश्च दलं लेप्यं दत्त्वा पातालयन्त्रे । स्वेदयेद्याममात्रं च रसोऽयं योगवाहकः ॥
गुञ्जाद्वयं प्रदातव्यं हिक्कावैस्वर्यश्वासजित् । दशमूले पिबेच्चानु सकुलत्थैः कषायकम् ॥

पाषाणभेदलाई मत्स्याक्षीको रसमा घोटी गोली बनाउनू । त्यसलाई यिनै ओखतीको लेदोले छोप्नू । पातायन्त्रमा हाली एक प्रहरसम्म पकाउनू । झिकेर धूलो पार्नू । दुई रत्तीका दरले खानू । बाडुलीरोग, स्वरभेद र दम नाश हुन्छ । यसपछि दशमूल र गहतको काँढापानी पिउने गर्नू ।

पिप्ला आदिको प्रयोग

(क) अर्कप्रकाश :

पिप्पल्याः श्वासकासामवातार्शोज्वरशूलहृत् ।

पिप्लाको अर्कले दम, खोकी, आमवात, अल्काइ, जरो र शूल नाश गर्दछ ।

(ख) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

पिप्पलीपिप्पलीमूलपथ्याजन्तुघ्नचित्रकैः । कल्कितैर्लेपिते रूढे निःक्षिपेद् घृतभाजने॥
तक्रं मासस्थितं तद्धि दीपनं श्वासकासजित् ।

पिप्ला, पिप्लाको जरा, हर्रो, वायुविडङ्ग र चितूको जरा पानीमा पिसेर घिउ दली चिल्लो बनाइएको भाँडाको भित्री भागमा दल्नू । सुकेपछि त्यसमा मोही भर्नू र मुख बन्द गरी एक महिनासम्म राख्नू । एक महिना पछि पिउनू । यस्तो मोही अग्निवर्धक तथा दम र खोकी नाशगर्ने गुणको हुन्छ ।

कणासौवर्चलक्षारवयस्याहिङ्गुचोरकैः । सकायस्थैर्घृतं मस्तुदशमूलरसे पचेत्॥
तत्पिबेज्जीवनीयैर्वा लिह्यात्समधु साधितम् ।

पिप्ला, सौंचर नुन, जवाखार, वयस्या (क्षीरविदारी), हिङ, चोरक र हर्रोको धूलो एक भाग, गाईको घिउ चार भाग र दहीको पानी र दशमूलको काँढापानी १६ भाग मिसाएर पकाउनू । पाकेपछि यो घिउ पिउनू । अथवा यसरी नै जीवनीय गणका ओखती हालेर घिउ पकाई त्यसमा मह मिसाएर चाट्ने गर्नू ।

(ग) चिकित्सा चन्द्रोदय :

पिप्ला र पुष्करमूल बराबर मिसाई महसँग खाने गर्नाले दम रोग नाश हुन्छ । पिप्ला, पिप्लाको जरा, हर्रो, चितू र वायुविडङ्ग बराबर लिई पानीमा पिसेर लेदो बनाई हाँडी भित्र दलेर सुकाउनू । सुकेपछि त्यो हाँडीमा मठ्ठा भनेर एक महिनासम्म रहन दिनू । यो मठ्ठा पाचक-अग्निलाई बाल्ने तथा दम र खोकी नाशगर्ने गुणको हुन्छ ।

(घ) चक्रदत्त, भैषज्य रत्नावली :

कृष्णामलकशुण्ठीनां चूर्णं मधुसितायुतम् । मुहुर्मुहुः प्रयोक्तव्यं हिक्काश्वासनिबर्हणम्॥

पिप्ला, अमला र सुठोको धूलो मह, मिश्री र घिउमा मिसाएर पटकपटक खाने गर्नाले बाडुली रोग र <u>**दमरोग**</u> नाश हुन्छ ।

कृष्णासैन्धवचूर्णं स्वरसेन हि श्रृङ्गवेरस्य । यो लेढि शयनकाले स जयति सप्ताहतः श्वसम्॥

पिप्ला र सिँधेनुनको धुलो अदुवाको रससँग मिसाएर रातमा सुत्ने बेलामा खाने गर्नाले सात दिनमा दमरोग नाश हुन्छ ।

पिप्पलीचूर्णसंयुक्तं दशमूलीजलं पिबेत् । पार्श्वशूलज्वरश्वासकासश्लेष्म विनाशयेत्॥

पिप्लाको धूलो दशमूलको काँढापानीमा मिसाएर पिउने गर्नाले कोखाको शूल, जरो, दम, खोकी र कफविकार नाश हुन्छ ।

पिप्पलाद्य लौह

पिप्पल्यामलकी द्राक्षा कोलास्थिमधुशर्करा । विडङ्गपुष्करैर्युक्तं लौहं हन्ति सुदुस्तरम्॥ हिक्कां छर्दिं महाश्वासं त्रिरात्रेण न संशयः ॥ (सर्वचूर्णसमं लौहं । मधु -यष्टिमधु । पुष्करं-पुष्करमूलकम् ।) ।

पिप्ला, अमला, दाख, बयरको बीजको गुदी, जेठीमधु, मिश्री, वायुविडङ्ग (कालिकाठ) र पुष्करमूल : यी हरेक ओखतिको धूलो बराबर लिनू । सबै धूलो बराबर लोहभस्म लिनू । सबै मिसाउनू । यो ओखती खाने गर्नाले कडा खालको बाडुली रोग, वाकवाकी र महाश्वास नामक दमरोग तीन दिनमा नै अवश्य नाश गर्दछ ।

(ङ) रसरत्नाकर :

कृष्णासैन्धवसंयुक्तं चूर्णं स्वरसेन श्रृङ्गवेरस्य ।
यो लेढि शयनकाले स जयति सप्ताहतः श्वासान्॥

पिप्ला र सिँधेनुनको धुलो अदुवाको रससँग मिसाएर रातमा सुत्ने बेलामा खाने गर्नाले सात दिनमा दमरोग नाश हुन्छ ।

(च) वङ्गसेन आयुर्वेद : क्षीरपिप्पली

तिस्रस्तिस्रस्तु पूर्वाह्णे भुक्ताग्रे भोजनस्य च ॥ पिप्पल्यः किंशुकक्षारभाविता घृतभाजिताः ।
प्रयोज्या मधुसंमिश्रा रसायनगुणैषिणा ॥ जेतुं कासक्षयश्वासहिक्काशोषगलामयान्॥
अर्शांसि ग्रहणीदोषं पाण्डुतां विषमज्वरान्॥ वैश्वर्यपीनसं शोफं गुल्मं वातबलासकम् ।
मासमेवाश्नतो युक्त्या माध्विकां पिबतोऽनु च ॥ (अवधारितवेगस्य यक्ष्मा न भवति ध्रुवम् ।)

दिनको पूर्वभागमा खाना खानुअघि तीन तीन पिप्ला लिई पलाँशको क्षारमा ढडयाउनू । त्यसमा मह मिसाएर रसायन चाहने मानिसले खाने गर्नू । यसले खोकी, टीबी, दम, बाडुलीरोग, सुकेनास, घाँटीका रोग, हर्सा, ग्रहणी, पाण्डु, विषमज्वर, स्वरभङ्ग, पीनास, सुजन, गुल्म र वातजन्य कफविकार नाश

गर्दछ । यसलाई विधपूर्वक एक महिना खानू । यो ओखती खाएपछि माध्विक नामक मदिरा पिउने गर्नू । (वेगलाई रोक्ने मानिसलाई टीबी हुँदैन) ।

(छ) वैद्यरहस्य :

कृष्णामलक शुण्ठीनां चूर्णं मधुसिताघृतम् । मुहुर्मुहुः प्रयोक्तव्यं हिक्काश्वासनिवारणम् ॥

पिप्ला, अमला र सुठोको धूलोमा मह, मिश्री र घिउ हालेर पटकपटक खानाले बाडुलीरोग र दम नाश हुन्छ ।

(ज) शार्ङ्गधर संहिता : बर्धमानपिप्पली कल्क

त्रिवृद्ध्या पञ्चवृद्ध्या वा सप्तवृद्ध्याऽथवा कणाः । पिबेत्पिष्ट्वा दशदिनन्तास्तथैवापकर्षयेत् ॥
एवं विंशद्दिनैः सिद्धं पिप्पलीवर्द्धमानकम् । अनेन पाण्डुवातास्रकासश्वासारुचिज्वराः ॥
उदरार्शः क्षयश्लेष्मवाता नश्यन्त्युरोग्रहाः ।

आज तीन, पाँच वा सात; भोली छ, दश वा चौध गर्दै बढाउँदै पिप्लाको कल्क बनाउँदै जानू । त्यो कल्कलाई दूध वा पानीमा मिसाएर खाने गर्नू । फेरी जुन क्रमले बढाइएको त्यही क्रममा घटाउँदै दश दिनसम्म खानू । यसरी बीस दिनसम्म पिप्लाको कल्क खानुलाई वर्धमानपीपल भनिन्छ । यसले पाण्डु, वातरक्त, खोकी, दम, अरुची, जरो, पेटका रोग, अल्काई, क्षयरोग, कफविकार, वातविकार र उरोग्रह (उदावर्त ?) रोग नाश गर्दछ ।

मधुना पिप्पलीचूर्णं लिहेत्कासज्वरापहम् ॥ हिक्काश्वासहरं कण्ठ्यं प्लीहघ्नं बालकोचितम् ।

पिप्लाको धुलो एक महिनासम्म महसँग मिसाएर चाट्ने गरे खोकी, जरो, बाडुली र दम नाश गर्दछ । यो घाँटीका लागि फाइदाजनक, फियोका रोग नाशक र बालकका लागि अति उपयोगी हुन्छ ।

(झ) सुश्रुत संहिता :

पिप्पल्यादिप्रतीवापं सिद्धं वा प्रथमे गणे ॥ सपञ्चलवणं सर्पिः श्वासकासौ व्यपोहति ।

अथवा **दम,** खोकी, बाडुलीरोग र छातीका रोगमा पिप्पल्यादिगणका ओखती विदारिगन्धादि गणका ओखती हालेर पकाइएको काँढापानीमा हालेर घिउ पकाउनू । यसमा पाँच प्रकारका नुन मिसाउनू । यस्तो घिउ खाने गर्नाले दम र खोकी नाश हुन्छ ।

पिर्रे आदिको प्रयोग

(क) रसरत्नाकर :

निष्कैकं लेहयेद्वापि क्षौद्रेण कटुरोहिणीम् ।

दुई तोला पिर्रेको धूलो मह मिसाएर खानाले दम र अरोचक रोग नाश हुन्छ ।

(ख) वङ्गसेन आयुर्वेद : तिक्ताद्यघृत

तिक्तासौवर्चलक्षारपथ्यात्रिकटुहिङ्गुभिः । समालूरैर्घृतं सिद्धं सक्षीरं श्वासकासनुत् ॥
(गुल्मानाहञ्च शमयेत्प्रवृद्धान्गुदजानपि) ।

पिर्रे, सौंचरनुन, जवाखार, हर्रो, त्रिकटु र हिङ हाली चौबर दूधमा घिउ पकाउनू । यसले दम, खोकी, गुल्म, आनाह र बढेको हर्सा पनि नाश गर्दछ ।

पुनर्नवा आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता :

पुनर्नवाऽभयानिम्बदार्वीतिक्तापटोलकैः ॥
गुडूचीनागरयुतैः क्वाथो गोमूत्रसंयुतः । पाण्डुकासोदरश्वासशूलसर्वाङ्गशोथहा ॥

पुनर्नवाको जरो, हर्रो, नीमको बोक्रा, चुत्रो, कुटकी, पर्बलको पात, गुर्जो र सुठो मिसाएर पकाइएको काँढापानी गहुँतसँग मिसाएर पिउनाले पाण्डुरोग, खोकी, पेटका रोग, **दम,** शूल र शरीरका सबै अङ्गमा हुने सुजन ठिक गर्दछ ।

पुष्करमूल आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग हृदय :

...पौष्करं वा कणान्वितम् ।

जुन रोगीको कफ बढेको छ उसले पुष्करमूल र पिप्लाको धूलो महमा मिसाएर चाट्नू ।

(ख) चरक संहिता :

पुष्कराह्वशटीव्योषमातुलुङ्गाम्लवेतसैः । योजयेदन्नपानानि ससर्पिर्बिडहिङ्गुभिः ॥

बाडुली रोग र दमरोगमा गरिने खानपिनलाई पुष्करमूल, कचूर, त्रिकटु, बिमिरो, अम्लवेत, घिउ, बिरेनुन र हिङ हालेर तयार गर्नुपर्दछ ।

फिटकिरी आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

आगोमा फुलाइएको फिटकिरी दुई तोला र मिश्री दुई तोला मिसाएर पिस्नू । हरेक दिन १-२ मासा खाने गर्नू । दमरोग नाश हुन्छ ।

फ्याक्सेकन्द आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता : रास्नादि यूष

रास्नां बलां पञ्चमूलं ह्रस्वं मुद्गान् सचित्रकान् । पक्त्वाऽम्भसि रसे तस्मिन्यूषः साध्यश्च पूर्ववत् ॥

फ्याक्सेकन्द, बलुको जरा, पञ्चमूल, मुगी र चितू हालेर काँढापानी पकाउनू र छान्नू । त्यसपछि घिउमा भुटिएको पिप्लाको धूलो तथा सुठोको धूलो र सिँधेनुनको धूलो मिसाउनू । दम र बाडुलीरोगमा यो यूष खानु हितकर हुन्छ ।

(ख) रसरत्न समुच्चय :

क्वाथं रास्नाबृहत्यग्निबलादुग्धैश्च पाययेत् । हिक्किनं पाययेद्धूमं पत्रैः शिखिनिशोद्भवैः ॥
कर्षैकं गन्धकं शुद्धं घृतैश्चोष्णोदकैः पिबेत् । कफ हन्त्यथ वा क्षौद्रैः पञ्चवक्त्ररसः खलु ॥

जसलाई बाडुलीरोग छ उसले फ्याक्सेकन्द, बिहीँ, चितू र बलुको काँढापानीमा दुध हालेर पिउनू । अथवा चितू र हलेदोको पातको धूमपान गर्नू । अथवा एक कर्ष शुद्ध गन्धक घिउमा मिसाएर चाट्नू र त्यसपछि तातोपानी पिउनू । अथवा पञ्चवक्त्ररस महमा मिसाएर खानू । यिमध्ये कुनै एकको प्रयोग गर्नाले कफविकार र बाडुली (दम, खोकी आदि) नाश हुन्छ ।

बबुर आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता : बब्बूलारिष्ट

तुलाद्वयन्तु बब्बूल्याश्चतुर्द्रोणे जले पचेत्। द्रोणशेषे रसे शीते गुडस्य त्रि(च)तुलां क्षिपेत्॥
धातकीं षोडशपलां कृष्णाञ्च द्विपलान्तथा। जातीफलानि कङ्कोलमेलात्वक्पत्रकेशरम्॥
लवङ्गं मरिचञ्चैव पलिकान्युपकल्पयेत्। मासं भाण्डे स्थितस्त्वेष बब्बूलारिष्टको जयेत्॥
क्षयं कुष्ठमतीसारं प्रमेहं श्वासकासनुत्।

दुई तुला बबुर (कीकर) को बोक्रालाई लेराई कुटेर चार द्रोण पानीमा हाली पकाउनू। एकद्रोण पानी बाँकी भएपछि झिकी छान्नू। सेलाएपछि सक्खर वा मिस्री तीन तुला, धयैँराको फूल सोह्र पल, पिप्ला दुई पल तथा जाइफल, फलकपूर, अलैँचीका गेडा, दालचिनी, तेजपात, नागकेशर, ल्वाङ र कालो मरिच एक एक पल लिई कुटेर धुलो पारी त्यो रसमा हाल्नू। यसपछि घिउको चिल्लो भाँडामा राखी मुख टम्म बन्द गरेर एक महिनासम्म राख्नू। अनि मुख खोली रस छान्नू। बब्बूलारिष्ट तयार हुन्छ। यो पिउनाले क्षयरोग, कुष्ठरोग, अतिसार, प्रमेह, खोकी र **दम** नाश हुन्छ।

बयर आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग हृदय :

कोललाजामलद्राक्षापिप्पलीनागराणि वा । पिबेद्रसाम्बुमद्याम्लैर्लेहौषधरजांसि वा ।

जुन रोगीको कफ बढेको छ उसले बयर (वा रुद्राक्ष ?) लाजा, अमला, दाख, पिप्ला र सुठोको धूलो मासुको रस, पानी, मदिरा तथा अमिलो रससँग पिउनू ।

(ख) सुश्रुत संहिता :

कोलमज्जां तालमूलमृष्यचर्ममसीमपि ।

दमका रोगीले बयरको गुदी, मुसलीकन्द र हरिणको छालाको भस्मको धूलोमा मह मिसाएर चाट्ने गर्नू ।

बर्रो आदिको प्रयोग

(क) चक्रदत्त : विभीतकचूर्णम्

कर्षं कलिफलचूर्णं लीढं चात्यन्तमिश्रितं मधुना । अचिराद्धरति श्वासं प्रबलामुद्धंसिका चैव ॥

बर्रोको फलको धूलो एक कर्ष (करिब १२ ग्राम) मा प्रशस्त मह मिसाएर चाट्ने गर्नाले अति बलियो **दमरोग** र बाडुली रोग चाँडै नाश हुन्छ ।

(ख) भावप्रकाश संहिता :

प्रस्थं बिभीतकानामस्थि विना साधयेद्जामूत्रे । अयमवलेहो लीढो मधुसहितः श्वासकासघ्नः ॥

बर्रो चौसठ्ठी तोला बटुलेर त्यसको गुदी (सार) निकाल्नू । यसलाई बाख्रीको मूत्रमा पकाउनू । पाकेपछि झिकेर सेलाएपछि मह मिसाएर चाट्ने गर्नाले **दम** र खोकी नाश हुन्छ ।

(ग) भैषज्य रत्नावली :

कर्षं कलिफलचूर्णं लीढं चात्यन्तमिश्रितं मधुना । अचिराद्धरति श्वासं प्रबलामूर्ध्वगतहिक्कां च ॥

बर्रोको एक कर्ष धूलो महमा राम्ररी मिसाएर खानाले **दम** र अति बलियो ऊत्तर्वगत हिक्कारोग चाँडै नाश हुन्छ ।

(घ) शार्ङ्गधर संहिता :

बिभीतकफलं किञ्चिद् घृतेनाभ्यज्य लेपयेत् । गोधूमपिष्टेनाङ्गारैर्विपचेत्पुटपाकवत् ॥
ततः पक्वं समुद्धृत्य त्वचन्तस्य मुखे क्षिपेत् । कासश्वासप्रतिश्यायस्वरभङ्गाञ्जयेत्ततः ॥

बर्रोका फललाई हल्का घिउ दलेर त्यसमाथि गहुँको पिठोको लेप दली पुटपाक गर्नू । त्यसपछि यसलाई निकालेर टुक्रा पारी मुखमा लिएर रस चुस्ने गरे **दम**, खोकी, पिनास र स्वर बसेको ठिक गर्दछ ।

बिमिरो आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता :

पल्लवान्मातुलुङ्गस्य निम्बस्य कुलकस्य च । पक्त्वा मुद्गांश्च सव्योषान्क्षारयूषान्विपाचयेत्॥

बिमिरोको पात, नीमका पात र परबरका पात हालेर विधिपूर्वक काँढापानी पकाउनू । यो काँडापानीमा मुगीको यूष पकाउनू । त्यसपछि त्रिकटु र जवाखार हाली खान दिनू । दम र बाडुलीरोगमा यो यूष खानु हितकर हुन्छ ।

बृंहण उपचार

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

सर्वेषां बृंहणे ह्यल्पः शक्यश्च प्रायशो भवेत् । नात्यर्थं शमनेऽपायो भृशोऽशक्यश्च कर्षणे ॥
शमनैर्बृंहणैश्चातो भूयिष्ठं तानुपाचरेत् । कासश्वासक्षयच्छर्दिहिध्माश्चान्योन्यभेषजैः ॥

सबै रोगको उपचारमा बृंहण उपचार गर्दा कुनै हानी भए त्यो सामान्य हुन्छ । बृंहणले बल आएपछि त्यो हानी सजिलै निको हुन्छ । शमन चिकित्सा गर्दा त कुनै हानी हुँदै हुँदैन । कर्षण (वमन, विरेचन) उपचार गर्दा कुनै हानी भए त्यो बलियो हुन्छ किन कि यसमा रोगी कमजोर हुने गर्दछ । यस्तो हुन गए त्यो निको पार्न कठिन हुन्छ । यसकारण बाडुली र दमका रोगमा प्रायः शमन उपचार र बृंहण उपचार गर्नुपर्दछ । कारण, स्थान, र मूल कारण समान हुने भएकोले खोकी, दम, क्षय, वाकवाकी र बाडुली रोगमा परस्पर हितकर ओखती प्रयोग गर्नू ।

(ख) सुश्रुत संहिता :

दुर्बले चैव रूक्षे च तर्पणं हितमुच्यते । जाङ्गलोरभ्रजैर्मांसैरानूपैर्वा सुसंस्कृतैः ॥

कमजोर र रुखो शरीर भएका दमका रोगीलाई जाङ्गल जीवको मासुको रस, औरभ्र जातका भेडाको मासु वा आनुप क्षेत्रका जीवको मासुको रस राम्ररी पकाएर पिउन दिई तागतिलो बनाउनु पर्दछ ।

बेल आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

बेलपत्रको रस ६ मासा, असुरोको पातको रस ६ मासा र सर्सिउँको तेल ६ मासा मिसाएर ७ दिन खानाले दम रोग नाश हुन्छ ।

(ख) भैषज्य रत्नावली :

बिल्वाटरूषदलवारिसमूलशुक्लदण्डोत्पलजलं कटुतैलमिश्रम् ।
भार्ङ्गी गुडो यदि च तत्र हतप्रभावस्तं श्वासमाशु विनिहन्ति महाप्रभावम् ॥

बेलका पातको रस, असुरोको पातको रस, सेतो झान्तकाको पातको रस, नीलकमलको पातको रस र सर्सिउँको तेल मिसाएर पिउने गर्नू । यसमा चिण्डे र सक्खर पनि मिसाउनाले अति बलियो **दमरोग** पनि नाश गर्दछ ।

(ग) रस रत्नाकर :

बिल्वाटरूषदलवारिसमूल शुक्ल-दण्डोत्पलदलजलं कटूतैल मिश्रम् ।

भार्ङ्गीगुडादिरपि यत्र हतप्रभावस्तं श्वासमाशु विनिहन्ति महाप्रभावम् ॥
(बिल्ववासापत्ररसः समूलपत्रशुक्लदण्डोत्पलरसश्च) । इति कटुतैलेनसह योगः ।

बेलका पातको रस, असुरोको पातको रस, जरा र पात सहित सेतो निलिवाको रस र सर्सिउँको तेल मिसाएर पिउने गर्नू । यसमा चिण्डे र सक्खर पनि मिसाउनाले अति बलियो **दमरोग** पनि नाश गर्दछ ।

भलायो आदिको प्रयोग

(क) वङ्गसेन आयुर्वेद :

भल्लातकमधुपर्णिपथ्यादशमूलनागरक्वाथः । तमके कफप्रधाने शस्तः श्वासे च मारुतजे ॥

कफको प्रभाव बढी भएको अथवा वातको प्रभाव बढी भएको दमको रोगमा भलायो, गुर्जो, हर्रो, दशमूल र सुठो हाली काँढापानी पकाएर पिउने गर्नू ।

भृङ्गराजको प्रयोग

(क) वङ्गसेन आयुर्वेद : भृङ्गराजतैल

तैलं दशगुणे सिद्धं भृङ्गराजरसे शुभे । पीयमानं यथान्यायं श्वासकासौ व्यपोहति ॥

तेलभन्दा दशगुना बढी भृङ्गराजको रस हाली विधिपूर्वक पकाइएको तेल हितकर आहारविहार सहित पिउने गर्नाले दम र खोकी नाश हुन्छ ।

(ख) सुश्रुत संहिता :

तैलं दशगुणे सिद्धं भृङ्गराजरसे शुभे । सेव्यमानं यथान्यायं श्वासकासौ व्यपोहति ॥

तेलभन्दा दशगुना बढी भृङ्गराजको रस हाली विधिपूर्वक पकाइएको तेल हितकर आहारविहार सहित पिउने गर्नाले **दम** र खोकी नाश हुन्छ ।

मरिच आदिको प्रयोग

(क) अग्निपुराण :

कृष्णोषणनिशारास्नाद्राक्षातैलं गुडं लिहेत्॥ श्वासवान्...।

दमका रोगमा कालो मरिच, बेसार (वा हलेदो), फ्याक्सेकन्द, अङ्गुर, तिलको तेल र सक्खर मिसाएर चाट्ने गर्नू ।

(ख) अर्कप्रकाश :

मरीचस्य श्वासकृमीन् हरेत्सर्वान् गदानपि॥

मरिचको अर्कले दम, किरा र सबै रोग नाश गर्दछ ।

(ग) चिकित्सा चन्द्रोदय :

कालो मरिच र बेसार बराबर मिसाएर पिसी छान्नू । यो धूलो तीन मासा महसँग र तीन मासा मिश्रीसँग मिसाएर खानू । यसले सबै खालका दम र पेटको सुजनमा आराम दिन्छ ।

(घ) रसरत्नाकर :

श्वासञ्चारोचकं हन्ति मरिचं दाडिमं गुडम्॥

कालोमरिचको धूलो, अनारका दाना र सक्खर (गुड) मिसाएर (दिनको ४८ ग्राम) खाने गर्नाले दम र अरोचक रोग नाश हुन्छ ।

(ङ) शार्ङ्गधर संहिता : महाखाण्डव चूर्ण

मरिचं नागपुष्पाणि तालीसं लवणानि च॥ प्रत्येकमेकभागाः स्युः पिप्पलीमूलचित्रकैः ।
त्वक्कणा तिन्तिडीकञ्च जीरकञ्च द्विभागकम्॥ धान्याम्लवेतसौ विश्वभद्रैलाबदराणि च ।
अजमोदा जलधरः प्रत्येकं स्युस्त्रिभागिकाः॥ सर्वौषधिचतुर्थांशं दाडिमस्य फलं भवेत् ।
द्रव्येभ्यो निखिलेभ्यश्च सिता देयाऽर्धमात्रया॥ महाखाण्डवसंज्ञं स्याच्चूर्णमेतत्सुरोचनम् ।
अग्निदीप्तिकरं हृद्यं कासातीसारनाशनम्॥ हृद्रोगकण्ठजठरमुखरोगप्रणाशनम् ।
विषूचिकान्तथाऽऽध्मानमर्शोगुल्मकृमीनपि॥ छर्दिं पञ्चविधां श्वासञ्चूर्णमेतद्व्यपोहति ।

कालोमरिच, नागकेसर, अमिली, लोठसल्लो, सिधेनुन, सौंचरनुन, विड्नुन र समुद्रीनुन एक एक भाग; पिप्लाको जरो, चितू, दालचिनी, पिप्ला, अमिलीको बोक्रा र जीरा दुई दुई भाग; धनियाँ, अम्लवेत,

सुठो, (भद्र ?), अलैंची, बयर, ज्वानु र नागरमोथे तीन तीन भाग र यी सबैको एक चौथाई दारिमका दाना लिई चूर्ण बनाउनू । त्यसमा आधा मिस्री मिसाउनू । यसलाई महाखाण्डव चूर्ण भनिन्छ । यो चूर्ण खानाले रुची जगाउँदछ, पाचकाग्नि बाल्दछ, मनोहर हुन्छ, खोकी-अतिसार-मुटुका रोग-घाँटीका रोग-पेटका रोग-मुखका रोग-हैजा- आध्मान-अल्काई- गुल्म-पेटका कीरा-पाँच प्रकारका वाकवाकी र दम निको पार्दछ ।

महआदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता :

क्षौद्राद् द्विगुणितं सर्पिर्घृताद् द्विगुणपिप्पली॥
सिता द्विगुणिता तस्याः क्षीरं देयश्चतुर्गुणम्। चातुर्जातं क्षौद्रतुल्यं पक्त्वा कुर्याच्च मोदकान्॥
धातुस्थाँश्च ज्वरान्सर्वान् श्वासं कासञ्च पाण्डुताम्। धातुक्षयं वह्निमान्द्यं पिप्पलीमोदको जयेत्॥

महको दुई गुना घिउ, घिउको दुई गुना पिप्ला, पिप्लाको दुई गुना मिस्री, मिस्रीको चार गुना दूध तथा महजति दालचिनी, तेजपात, अलैंचीका गेडा र नागकेशरको धुलो लिनू। यी मिसाएर पकाउनू र लड्डू बनाउनू। दिनको एउटा एउटा लड्डू खाने गरे धातुजन्य जरो, **दम**, खोकी, पाण्डु, धातुक्षय र मन्दाग्निलाई नाश गर्दछ।

मास आदिको प्रयोग

(क) भावप्रकाश निघण्टु : बेढमिका

माषपिष्टिकया पूर्णगर्भा गोधूमचूर्णतः ॥ रचिता रोटिका सैव प्रोक्ता बेढमिका बुधैः ।
भवेद् बेढमिका बल्या वृष्या रुच्याऽनिलापहा ॥ उष्णा सन्तर्पणी गुर्वी बृंहणी शुक्रला परम् ।
भिन्नमूत्रमला स्तन्यमेदःपित्तकफप्रदा ॥ गुदकीलार्दितश्वासपक्तिशूलानि नाशयेत् ।

गहुँको पीठो मुछेर बेली त्यसभित्र माषको पीठो हालेर बनाइने रोटीलाई विज्ञहरूले 'बेढमिका' नाम दिएका छन् । यो बलदायक, वीर्यवर्धक, रुचिकर, वातविकार नाशक, गर्मी गर्ने, तृप्तिदायक, पचाउन कठिन, पौष्टिक र अति नै शुक्रवर्धक हुन्छ । यसले मलमूत्रलाई खुकुलो बनाउँदछ तथा दूध, बोसो, पित्त र कफ बढाउँदछ । यसले गुदकील (अल्काई रोग हुँदा मलद्वारमा पलाउने मासुका डल्ला), अर्दित (मुखको कुनै भाग वातदोषले गर्दा नचल्ने हुने एक रोग विशेष (फेसियल प्यारालाइसिस) ।), **दम** र पक्तिशूल (खाना पच्ने बेलामा पेटमा हुने शूल वा दुखाइ) नाश गर्दछ ।

मासुको रस आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग हृदय :

श्वाविच्छशामिषकणाघृतशल्यकशोणितैः ॥

<u>**दमरोगमा**</u> वायुको प्रभाव भए दुम्सी एवं खरायोको मासु, पिप्ला र दुम्सीको रगत तथा घिउ मिसाएर बनाइएको उत्कारिका खान दिनू ।

(ख) चरक संहिता :

श्वाविधं शशमांसं च शल्लकस्य च शोणितम् । पिप्पलीघृतसिद्धानि श्वासे वातानुबन्धके ॥

दुम्सी (ठूलो) र खरायोको मासु अथवा सानो जातको दुम्सीको रगत पिप्लाको धूलो र घिउ हालेर पकाई वातजन्य <u>**दमका रोगीलाई**</u> खुवाउनु पर्दछ ।

(ग) भावप्रकाश निघण्टु : मासुको रस, सुरुवा

सिद्धमांसरसो रुच्यः श्रमश्वासक्षयापहः । प्रीणनो वातपित्तघ्नः क्षीणानामल्परेतसाम् ॥
विश्लिष्टभग्नसन्धीनां शुद्धानां शुद्धिकाङ्क्षिणाम् । स्मृत्योजोबलहीनानां ज्वरक्षीणक्षतोरसाम् ॥
शस्यते स्वरहीनानां दृष्ट्यायुःश्रवणार्थिनाम् । प्रकाराः कथिताः सन्ति बहवो मांससम्भवाः ॥
ग्रन्थविस्तरभीतेस्ते मया नात्र प्रकीर्त्तिताः ।

सुरुवा रुचिकारक, थकाई मेटाउने, <u>**दम नाशक**</u>, क्षयरोग नाशक, तृप्तिदायक, वातविकार नाशक र पित्तविकार नाशक हुन्छ । शरीर दुब्लाएका, वीर्य घटेका, जोर्नी खुस्किएका वा भाँचिएका, वमन वा विरेचन आदि उपचारबाट शुद्ध भएका, वमन वा विरेचन आदि गरी शुद्ध हुन चाहने, सम्झनाशक्ति कमजोर भएका, तेजहीन भएका, निर्बल भएका, जरोले गालेका, क्षमताभन्दा बढी परिश्रम गरी छातीमा घाउ भएका, स्वर खिइएका, दृष्टि क्षमता बढाउन चाहने, आयु बढाउन चाहने र सुन्ने क्षमता बढाउन चाहने व्यक्तिका लागि सुरुवा उत्तम हुन्छ । मासुका अनेकौं परिकार बनाउने विधि अन्यत्र बताइएको छ, ग्रन्थ ठूलो हुने डरले यहाँ ती सबैको वर्णन गरिएन ।

(घ) सुश्रुत संहिता :

फलाम्ला विष्किररसाः स्निग्धाः प्रव्यक्तसैन्धवाः । एणादीनां शिरोभिर्वा कौलत्था वा सुसंस्कृताः ॥

विष्किर वर्गका जीवजन्तुको मासुको रसमा अनारका दाना, बिमिरो आदि अमिला फल तथा घिउ वा तेल र सिँधेनुन हाली खान दिनू । अथवा एण मृग आदिको टाउकाको मासुको रस अथवा गहतलाई राम्ररी पकाई त्यसको सुप खान दिनाले <u>**दम**</u> र खोकी नाश गर्दछ ।

मिश्री आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता :

सशर्करां तामलकीं द्राक्षां गोऽश्वशकृद्रसम् । तुल्यं गुडं नागरं च प्राशयेन्नावयेत्तथा॥

मिश्री, भुइँअमला, दाख, गोबरको रस, घोडाको लिदीको रस, सक्खर र सुठो मिसाएर रोगीलाई खुवाउनू र यसैको नस्य दिनू । (मात्रा : २-६ मासा तथा २-४ थोपा) ।

(ख) शार्ङ्गधर संहिता :

सितोपला षोडश स्यादष्टौ स्याद्वंशरोचना । पिप्पली स्याच्चतुष्कर्षा स्यादेला च द्विकार्षिकी॥
एकः कर्षस्त्वचः कार्यश्चूर्णयेत्सर्वमेकतः । सितोपलादिकश्चूर्णं मधुसर्पिर्युतं लिहेत्॥
श्वासकासक्षयहरं हस्तपादाङ्गदाहजित् । मन्दाग्निं शून्यजिह्वत्वं पार्श्वशूलमरोचकम्॥
ज्वरमूर्ध्वगतं रक्तं पित्तमाशु व्यपोहति ।

मिस्री छ सय चालीस ग्राम, वंशलोचन तीन सय बीस ग्राम, पिप्ला अस्सी ग्राम, अलैंची चालीस ग्राम र दालचिनी बीस ग्राम जम्मा पारी मिसाएर धुलो बनाउनू । यसलाई सितोपलादि चूर्ण भनिन्छ । यो चूर्ण मह र घिउसँग खाने गर्नाले <u>**दम**</u>, खोकी, क्षयरोग, हात गोडा र अन्य अङ्ग पोल्ने, कमजोर पाचन शक्ति, लाट्टिएको जिभ्रो, कोखाको शूल, अरुची, जरो र शरीरका माख्ला अङ्गबाट रगत बहने रक्तपित्त रोगलाई तुरुन्त ठिक गर्दछ ।

मूलाको प्रयोग

(क) वङ्गसेन आयुर्वेद :

शुष्कमूलकयूषञ्च हिक्काश्वासनिवारणः॥

सुकेको मूलाको यूष पिउने गर्नाले पनि बाडुली रोग र दमरोग नाश हुन्छ ।

मैनसिल आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता : मनःशिलादिघृतम्

मनःशिलासर्जरसलाक्षारजनिपद्मकैः । मञ्जिष्ठालैश्च कर्षांशैः प्रस्थः सिद्धो घृताद्धितः ॥

शुद्ध मैनसिल, सालधूप, लाहा, हलेदो, पैयुँ वा पिर्रे, मजिठो र हरिताल : एक एक कर्ष एक प्रस्थ गाईको घिउ र (चार प्रस्थ पानी) हाली विधिपूर्वक पकाइएको घिउ बाडुली रोग र दममा हितकर हुन्छ ।

(ख) रसरत्न समुच्चय :

शिला हिङ्गु विडङ्गं च मरिचं कुष्ठसैन्धवम् ॥ मध्वाज्याभ्यां लिहेत्कर्षं श्वासकासकफापहम् ॥

शुद्ध मैनसिल, हिङ, वायुविडङ्ग, मरिच, कूट र सिँधेनुन बराबर मिसाएर धूलो पारी दुई दुई तोला घिउ र महमा मिसाएर हरेक दिन खाने गर्नाले **दम**, खोकी र कफविकार नाश हुन्छ ।

मोतिभस्म आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता : मुक्ताद्यं चूर्णम्

मुक्ताप्रवालवैदूर्यशङ्खस्फटिकमञ्जनम् । ससारगन्धकाचार्कसूक्ष्मैलालवणद्वयम्॥
ताम्रायोरजसी रूप्यं ससौगन्धिककशेरुकम् । जातीफलं शणाद् बीजमपामार्गस्य तण्डुलाः॥
एषां पाणितलं चूर्णं तुल्यानां क्षौद्रसर्पिषा । हिक्कां श्वासं च कासं च लीढमाशु नियच्छति॥
अञ्जनात्तिमिरं काचं नीलिकां पुष्पकं तमः । पिल्लं कण्डूमभिष्यन्दमर्म चैव प्रणाशयेत्॥

मोतीभस्म, मुगाभस्म, लसुनेभस्म, शङ्खभस्म, विल्लौरभस्म, रसाञ्जन, श्रीखण्ड, सिसाभस्म, आँकको फूल, सुकुमेल, सिँधेनुन, सौँचरनुन, ताम्रभस्म, लोहभस्म, रतजभस्म, शुद्ध गन्धक, कसेरु नामक मोथेविशेष, जाइफल, सनपाटको बीज र दतिवनका केलाइएका बीज : यी ओखती बराबर लिई धूलो बनाएर एक एक कर्ष मह र घिउ मिसाई चटाउनू । यसले बाडुलीरोग र दमलाई चाँडै वशमा पार्दछ । यसको गाजल लगाउनाले तिमिर, काच, नीलिका, पुष्पक, तिमिर, पिल्ल, कण्डू, अभिष्यन्द र मर्म रोग नाश हुन्छ । (गाजल बनाउँदा आँकको साटो ताम्रभस्म प्रयोग हुन्छ, आधुनिक मात्रा : १ रत्ती) ।

रतजभस्म आदिको प्रयोग

(क) रसरत्न समुच्चय : श्वासकासकरिकेसरी रस

तारताम्ररसपिष्टिका शिला गन्धतालसमभागिकं रसैः ।
आटरूषसुरसाद्रवसम्भवैर्मर्दय प्रकुरु गोलकं ततः ॥
मृत्स्नया च परिवेष्ट्य गोलकं यामयुग्ममथ भूधरे पचेत् ।
गन्धकेन कुरु तत्समं ततश्चाऽऽटरूषकटुकैर्विभावयेत् ॥
श्वासकासकरिकेसरीरसो वल्लमस्य परिसेवयेद्बुधः ॥

रतजभस्म, ताम्रभस्म, पारोभस्म, शुद्ध मैनसिल, गन्धक र हरिताल बराबर लिई असुरो, तुलसी र अदुवाको रसमा क्रमैले एक एक पटक भिजाउनू र गोली बनाउनू । यो गोली अँडिरको पातमा पोको पारेर त्यसमाथि माटो बेरी सुकाउनू । त्यसपछि यसलाई भूधरयन्त्रमा राखी छ घण्टासम्म पकाउनू । शीतल भएपछि गोली निकालेर धूलो पार्नू र बराबर गन्धक मिसाउनू । पुनः असुरो र त्रिकटुको रसमा एक एक पटक भिजाएर सुकाउनू । यो रस **दम** र खोकी रूपी हात्तीलाई दमन गर्नका लागि सिंह समान हुन्छ । यसैले यसलाई श्वासकासकरिकेसरीरस भनिन्छ । यसलाई एकदेखि तीन रत्तीसम्म महमा मिसाएर खानु पर्दछ ।

रिठ्ठो आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

रिठ्ठोको फलको गुदी दिनहुँ बिहान ९ मासाका दरले खाने गर्नाले १५ दिनमा दम रोग नाश हुन्छ ।

लसुन आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग सङ्ग्रह, अष्टाङ्ग हृदय :

लशुनस्य पलाण्डोर्वा मूलं गृञ्जनकस्य वा ॥ चन्दनाद्वा रसं दद्यान्नारीक्षीरेण नावनम् ।

बाडुली रोग र दममा लसुनको रस प्याजको रस (पलाण्डु) रस अथवा छयापीको रस अथवा चन्दनको रस नारीको दूधमा मिसाएर नस्य दिनु पर्दछ ।

(ख) चरक संहिता :

लशुनस्य पलाण्डोर्वा मूलं गृञ्जनकस्य वा । नावयेच्चन्दनं वाऽपि नारीक्षीरेण संयुतम् ॥

लसुन, प्याज वा छयापीको जराको रस निचोरेर नाकमा नस्य हाल्नू । अथवा चन्दनलाई स्त्रीको दूधमा घोटेर नस्य हाल्नू ।

लाहा आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता :

लाक्षाढकं क्वाथयित्वा जलस्य चतुराढकैः । चतुर्थांशं शृतन्नीत्वा तैलप्रस्थे विनिक्षिपेत्॥
मस्त्वाढकञ्च गोदध्नस्तत्रैव विनियोजयेत् । शतपुष्पामश्वगन्धां हरिद्रां देवदारु च॥
कटुकां रेणुकां मूर्वां कुष्ठञ्च मधुयष्टिकाम् । चन्दनं मुस्तकं रास्नां पृथक्कर्षप्रमाणतः॥
चूर्णयित्तत्र निक्षिप्य साधयेन्मृदुवह्निना । अस्याभ्यङ्गात्प्रशाम्यन्ति सर्वेऽपि विषमज्वराः॥
कासश्वासप्रतिश्यायत्रिकपृष्ठग्रहास्तथा । वातं पित्तमपस्मारमुन्मादं यक्षराक्षसान्॥
कण्डूं शूलञ्च दौर्गन्ध्यं गात्राणां स्फुरणं जयेत् । पुष्टगर्भा भवेदस्य गर्भिण्यभ्यङ्गतो भृशम्॥

(बयर वा इन्द्रजौको) लाहा एक आढकलाई चार आढक पानीमा पकाई एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । यो रसमा तिलको तेल एक प्रस्थ हाल्नू । गाईको दहीको पानी (मस्तु) एक आढक हाल्नू । अनि सुप, अश्वगन्धा, हलेदो, देवदारु, कटुकी, शीतलचिनी, मरुई लहरो, कूट, जेठीमधु, सेतो चन्दन, नागरमोथे र फ्याक्सेकन्द सबै एक एक कर्ष लिई धुलो बनाएर त्यसैमा हाल्नू । यसपछि मन्द आँचमा यसलाई पकाउनू । जब तेलमात्र बाँकी रहन्छ तब झिकेर छान्नू । यो तेल मालिश गर्नाले सबै खालका विषमज्वर नाश हुन्छ । यसले खोकी, **दम**, पिनास, कण्डेउलोको शूल, ढाडको शूल, वातविकार, पित्तविकार, छारेरोग, उन्माद (पागलपन) रोग, यक्ष एवं राक्षस आदिले दिने पीडा, शरीर चिलाउने रोग, शूल, शरीर गनाउने रोग र शरीर फरफराउने रोग नाश गर्दछ । गर्भवती स्त्रीले पनि यो तेल दलेर मालिश गर्न सक्दछे, यसले गर्भलाई पुष्ट पार्दछ ।

लोहभस्म आदिको प्रयोग

(क) भैषज्य रत्नावली : महाश्वासारिलौह

**कर्षद्वयं लौहचूर्णं कर्षर्धाभ्रकमेव च । सिताकर्षद्वयं चैव मधु कर्षद्वयं तथा ॥
त्रिफला मधुकं द्राक्षा कणा कोलास्थिवंशजा । तालीसपत्रं वैडङ्गमेला पुष्करकेशरम् ॥
एतानि श्लक्ष्णचूर्णानि कर्षार्द्धं च समांशिकम् । लौहे च लौहदण्डेन मर्दयेत्प्रहरद्वयम् ॥
ततो मात्रां लिहेत्क्षौद्रैर्बुद्ध्वा दोषबलाबलम् । इदं श्वासारिलौहं च महाश्वास विनाशयेत् ॥
कासं पञ्चविधं चैव रक्तपित्तं सुदारुणम् । एकजं द्वन्द्वजं चैव तथैव सान्निपातिकम् ॥
निहन्ति नात्र सन्देहो भास्करस्तिमिरं यथा ॥**

लोहभस्म दुई कर्ष, अभ्रखभस्म आधा कर्ष, मिश्री दुई कर्ष, मह दुई कर्ष; त्रिफला, जेठीमधु, दाख, पिप्ला, बयरको गुदी, वंशलोचन, तालीसपत्र, वायुविडङ्ग, सुकुमेल, पुष्करमूल र नागकेशर आधा आधा कर्ष लिई मिसाएर पिसी राम्ररी धूलो बनाउनू । यसपछि फलामको भाँडामा हाली फलामकै मुसलले दुई प्रहरसम्म घोट्नू । त्यसपछि दोष बल हेरी उचित मात्रामा महसँग खाने गर्नू । यो श्वासारिलौह खाने गर्नाले **<u>बलियो दमरोग</u>**, पाँच प्रकारका खोकी, कडा खालको रक्तपित्त तथा एक दोषजन्य, दुई दोषजन्य र त्रिदोषजन्य रोग सूर्यले अन्धकारलाई नाश गरेजसरी नाश गर्दछ ।

श्वासचिन्तामणि

**द्विकर्षं लौहचूर्णस्य तदर्द्धं गन्धमभ्रकम् । तदर्द्धं पारदं ताप्यं पारदार्द्धेन मौक्तिकम् ॥
शाणमानं हेमचूर्णं सर्वं सम्मद्य यत्नतः । कण्टकारीरसैश्चापि श्रृङ्गवेररसैस्तथा ॥
छागीर्क्षीरेण मधुकैः क्रमेण मतिमान् भिषक् । गुञ्जाचतुष्टयं चास्य विभीतकसमन्वितम् ॥
भक्षयेच्छ्वासकासार्त्तो राजयक्ष्मनिपीडितः ॥**

लोहभस्म दुई कर्ष, शुद्ध गन्धक एक कर्ष, अभ्रखभस्म एक कर्ष, शुद्ध पारोभस्म आठ मासा, सुनामक्खीभस्म आठ मासा, मोतिभस्म चार मासा र स्वर्णभस्म चार मासा लिनू । सबै मिसाएर बेस्सरी पिस्नू । त्यसपछि कण्टकारीको रस, अदुवाको रस, बाख्रीको दूध र जेठीमधुको रसमा क्रमैले बेग्लाबेग्लै ढडयाउनू । त्यसपछि झिकेर चार चाररत्तीका गोली बनाउनू । यो गोली **<u>दम</u>**, खोकी र क्षयरोगले पीडित भएका मानिसले बर्रोको धूलो र मह मिसाएर खाने गर्नू । (रोग ठिक हुन्छ) ।

(ख) शार्ङ्गधर संहिता : लोहासव

**लोहचूर्णं त्रिकटुकं त्रिफलाञ्च यवानिकाम् । विडङ्गं मुस्तकं चित्रं चतुःसंख्यापलं पृथक् ॥
धातकीकुसुमानान्तु प्रक्षिपेत् पलविंशतिम् । चूर्णीकृत्य ततः क्षौद्रं चतुःषष्टिपलं क्षिपेत् ॥
दद्याद्गुडतुलान्तत्र जल द्रोणद्वयन्तथा । घृतभाण्डे विनिक्षिप्य निदध्यान्मासमात्रकम् ॥
लोहासवममुं मर्त्यः पिबेद्वह्निकरं परम् । पाण्डुश्वयथुगुल्मानि जठराण्यर्शसां रुजम् ॥
कुष्ठं प्लीहामयं कण्डूं कासं श्वासं भगन्दरम् । अरोचकञ्च ग्रहणीं हृद्रोगञ्च विनाशयेत् ॥**

लोहभस्म, सुठो, कालोमरिच, पिप्ला, हर्रो, बर्रो, अमला, ज्वानु, वायुविडङ्ग, नागरमोथे र चितूको बोक्रा : यी सबै ओखती चार चार पल तथा धयैंराको फूल बीस पल लिएर सबैलाई कुटी धुलो बनाउनू । यसमा चौसठ्ठी पल मह र एक तुला सक्खर वा मिस्री मिसाई दुई द्रोण जलमा हाली कुनै घिउको चिल्लो भाँडोमा हाली मुख बन्द गरेर एक महिना राख्नू । पछि मुख खोलेर निकाल्नू । यसलाई लोहासव भनिन्छ । यो आसव खानाले गुल्म, अल्काई, कुष्ठ, फियोका रोग, शरीर चिलाउने रोग, खोकी, **दम**, भगन्दर, अरुची, ग्रहणी र मुटुका रोग नाश हुन्छन् ।

ल्वाङ आदिको प्रयोग

(क) वङ्गसेन आयुर्वेद : बृहच्छर्कराचूर्ण

लवङ्गजातीफलपिप्पलीनां भागान् प्रकल्पाक्षसमानमीषाम् ।
पलार्धमात्रं मरिचस्य दद्यात्पलानि चत्वारि महौषधस्य ॥
सितासमं चूर्णमिदं प्रसह्य रोगानि मानाशु बलान्निहन्यात् ।
कासज्वरारोचकमेहगुल्मश्वासाग्निमान्द्यं ग्रहणीप्रदोषान् ॥

ल्वाङ, जाइफल र पिप्पला एक एक तोला तथा मरिच र सुठो १६, १६ तोला लिनू र मिसाई पिसेर धूलो बनाउनू । यो धूलो बराबर मिश्रीको धूलो मिसाउनू । यो ओखती खाने गर्नाले खोकी, जरो, अरुचि, प्रमेह, गुल्म, दम, कमजोर पाचनशक्ति र ग्रहणी रोग चाँडै नाश हुन्छ ।

(ख) शार्ङ्गधर संहिता : लवङ्गादि चूर्ण

लवङ्गं शुद्धकर्पूरमेलात्वङ्नागकेशरम् । जातीफलमुशीरञ्च नागरं कृष्णजीरकम् ॥
कृष्णागरुस्तुगाक्षीरी मांसी नीलोत्पलं कणा । चन्दनं तगरं बालं कङ्कोलञ्चेति चूर्णयेत् ॥
समभागानि सर्वाणि सर्वेभ्योऽर्धा सिता भवेत् । लवङ्गाद्यमिदञ्चूर्णं राजार्हं वह्निदीपनम् ॥
रोचनं तर्पणं वृष्यं त्रिदोषघ्नं बलप्रदम् । हृद्रोगं कण्ठरोगञ्च कासं हिक्काञ्च पीनसम् ॥
यक्ष्माणं तमकं श्वासमतीसारमुरःक्षतम् । प्रमेहारुचिगुल्मादीन् ग्रहणीमपि नाशयेत् ॥

ल्वाङ, शुद्ध कपुर, अलैंची, दालचिनी, नागकेसर, जाइफल, खस, सुठो, कालोजीरा, कालोधूपी, वंशलोचन, जटामसी, नीलकमल, पिप्ला, रक्तचन्दन, तगर, सुगन्धवाल र फलकपुर बराबर मात्रामा मिसाई धुलो बनाएर यसमा आधा मिस्री मिसाउनू । यो चूर्णलाई लवङ्गादि चूर्ण भनिन्छ । यो चूर्ण राजाहरूलाई खुवाउन योग्य हुन्छ । यसले पेटको अग्नि बाल्दछ, रुची बढाउँदछ, शरीर पुष्ट पार्दछ, रतिशक्ति बढाउँदछ, त्रिदोष नाश गर्दछ, बल बढाउँदछ, मुटुरोग-घाँटीका रोग-खोकी-बाडुली-पिनास-क्षयरोग-**<u>तमक दम विशेष</u>**-अतिसार- छातीका घाउ-प्रमेह-अरुचि-गुल्म र ग्रहणी नाश गर्दछ ।

वायुविडङ्ग आदिको प्रयोग

(क) रसरत्नाकर : बिडङ्गादिचूर्णम्

विडङ्गपिप्पलीचैला त्वचश्च प्रतिकार्षिकम् । त्रिकर्षं मरिचस्यापि नागराच्च चतुष्पलम् ॥
सर्वतुल्या सिता योज्या कर्षमात्रं च भक्षयेत् । कासश्वासज्वरप्लीहपाण्डुरोगक्षयापहम् ॥

वायुविडङ्ग, पिप्ला, अलैंची र दालचिनी दुइ दुई तोला; कालोमरिच छ तोला, सुठो १६ तोला लिई सबैको धूलो बनाएर त्यो धूलो बराबर मिश्रीको धूलो मिसाउनू । दुई तोलाका दरले खाने गर्नू । खोकी, दम, जरो, फियोका रोग, पाण्डु र क्षयरोग नाश हुन्छ ।

विरेचन

(क) सुश्रुत संहिता :

बलीयसि कफग्रस्ते वमनं सविरेचनम्॥

बलियो तर कफले पीडित दमको रोगीलाई ओखती खुवाएर बान्ता गराउनू र दिसा लगाउनू ।

शिरीष आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता :

शिरीषपुष्पस्वरसः सप्तपर्णस्य वा पुनः । पिप्पलीमधुसंयुक्तः कफपित्तानुगे मतः ॥

शिरीषका फूलको रस अथवा छतिवनका बोक्राको रसमा मह र पिप्लाको धूलो मिसाएर कफ-पित्तजन्य दमका रोगीलाई खान दिनु पर्दछ ।

(ख) सुश्रुत संहिता :

शिरीषकदलीकुन्दपुष्पं मागधिकायुतम् । तण्डुलाम्बुयुतं पीत्वा जयेच्छ्वासानशेषतः ॥

शिरीषका फूल, केराका फूल, कुन्दका फूल र पिप्ला मिसाएर पिसी चौलानीमा घोलेर खाने गर्नाले सबै किसिमका दमरोग नाश हुन्छ ।

सक्खर आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग हृदय :

गुडतैलनिशाद्राक्षाकणारास्नोषणानि वा ॥ पिबेद्रसाम्बुमद्याम्लैर्लेहौषधरजांसि वा ।

जुन रोगीको कफ बढेको छ उसले सक्खर, तेल, बेसार, दाख, पिप्ला, फ्याक्सेकन्द र मरिच मिसाएर अथवा अन्य ओखतीको धूलो मासुको रस, पानी, मदिरा तथा अमिलो रससँग पिउनू ।

तुल्यं गुडं नागरं च भक्षयेन्नावयेत वा ।

बाडुली रोग र दममा सक्खर र सुठो बराबर मिसाएर खाने गर्नू अथवा सुँघ्ने गर्नू (नस्य लिनू) ।

(ख) चिकित्सा चन्द्रोदय :

१२ ग्राम सक्खर र १२ ग्राम सर्सिउँको तेल मिसाएर २१-६० दिन खाने गर्नाले दमरोग निर्मूल हुन्छ ।

(ग) चक्रदत्त, भैषज्य रत्नावली, रस रत्नाकर, वङ्गसेन आयुर्वेद :

गुड कटुकतैलेन मिश्रयित्वा समं लिहेत् । त्रिसप्ताहप्रयोगेण श्वासं निमूर्लतो जयेत्॥

(एक वर्ष पुरानो) सखर र सर्सिउँको तेल बराबर मात्रामा लिएर मिसाई तीन हप्तासम्म खाने गर्नाले **दमरोग** जरैदेखि नाश हुन्छ ।

(घ) भावप्रकाश निघण्टु :

जीर्णज्वरेऽग्निमान्द्ये च शस्यते गुडपिप्पली । कासाजीर्णारुचिश्वासहृत्पाण्डुकृमिरोगनुत् ॥
द्विगुणः पिप्पलीचूर्णाद् गुडोऽत्र भिषजां मतः ।

बाह्र दिनभन्दा पुरानो जरो (जीर्णज्वर) र खाएको नपच्ने रोग (मन्दाग्नि) मा सखरसँग मिसाएर पिप्ला खानु उपयुक्त हुन्छ । सखरसँग पिप्ला खाएमा खोकी, अजीर्ण, अरुचि, **दम**, मुटुका रोग, कमलपित्त र पेटमा कीरा पर्ने रोग नष्ट हुन्छ । यसरी सखर मिसाएर खाँदा पिप्लाभन्दा सखरको तौल दोब्बर हुनु पर्दछ, यही नै वैद्यजनको मत छ ।

(ङ) शार्ङ्गधर संहिता :

गुडशुण्ठीशिवामुस्तैर्गुटिकां धारयेन्मुखे ।
श्वासकासेषु सर्वेषु केवलं वा बिभीतकम् (बिभीतं वापि केवलम्) ॥

सुठो, हर्रो र नागरमोथेको धुलोमा दोबर सक्खर मिसाई गोली बनाउनू । यो गोली मुखमा राखी चुस्नाले सबै खालका **दम** र खोकी निको हुन्छ । अथवा बर्रोको बोक्रा मात्र (वा यसको उपरोक्त विधिले बनाइएको गोली) मुखमा लिई चुस्नाले पनि **दम** र खोकी निको हुन्छ ।

सिउँडी आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

सिउँडीको मोटो डाँठ लेराएर त्यसलाई एकातिरको टुप्पो खोक्रो पार्नू। त्यसमा ५० ग्राम फिटकिरीको धूलो भर्नू। मुख टाल्नू र खबटामा राख्नू। गुइँठाको आगो बालेर पोल्नू। सेलाएपछि भित्र राखेको फिटकिरी झिक्नू। यो फिटकिरी हरेक दिन दुई दुई रत्तीका दरले खाने गर्नू १५, २० दिनमा दम ठिक हुन्छ।

सुकुमेल आदिको प्रयोग

(क) चिकित्सा चन्द्रोदय :

सुकुमेलको बीज एक मासा र मालकागुनु एक मासा हरेक दिन नचपाई निल्ने गर्नू । ११ दिनमा दम ठिक हुन्छ ।

(ख) धन्वन्तरि निघण्टु : अग्निप्रद चूर्ण

सूक्ष्मैला केसरं त्वक् च पत्रं तालीसकं तुगा । पृथ्वीका दाडिमं धान्यं जीरकं च द्विकार्षिकम् ॥
पिप्पली पिप्पलीमूलं चव्यचित्रकनागरम् । मरीचं दीप्यकं चैव वृक्षाम्लं साम्लवेतसम् ॥
अजमोदाऽजगन्धे च दधित्थं चेति कार्षिकम् । प्रदेयमिह शुद्धायाः शर्करायाश्चतुष्पलम् ॥
चूर्णमग्निप्रदं नाम परमं रुचिवर्धनम् । प्लीहाकासामयार्शांसि श्वासं शूलं ज्वरं वमिम् ॥
निहन्ति दीपयत्यग्निं बलवर्णकरं परम् । वातानुलोमनं हृद्यं कण्ठजिह्वाविशोधनम् ॥

सुकुमेल (सुक्ष्मैला), केसर, दालचिनी (त्वक्), तेजपात (पत्र), सुनपाती (तालीसक), वंशलोचन (तुगा), अलैँची (पृथ्वीका), दारिम (दाडिम), धनियाँ (धान्यम्) र जिरा (जीरकम्) दुई दुई कर्ष (दुई दुई तोला) तथा पिप्ला (पिप्पली), पिप्लाको जरा (पिप्पलीमूलम्), चाभो (चव्य), चितु (चित्रक), अदुवा (नागरम्), मरिच (मरीचम्), ज्वानु (दीप्यकम्), वृक्षाम्ल, अम्लवेत, अजमोदा, अजगन्धा र कैथ (दधित्थम्)गरी एक एक कर्ष (एक एक तोला) तथा मिश्री (शर्करा) सोह्र तोला (चतुष्पल) को धूलो मिसाउनू । यो अति रुचिप्रद धुलोलाई "अग्निप्रद चूर्ण" भनिन्छ । यो धुलोले फियोका रोग, खोकीजन्य रोग, अल्काई, दम, शूल, जरो र वाकवाकी नाश गर्दछ । यसले पाचनशक्ति, बल र वर्ण धेरै नै बढाउँदछ ।

सुठो आदिको प्रयोग

(क) अर्कप्रकाश :

शुण्ठ्या विबन्धाऽऽमवातशूलश्वासबलासहृत् ।
आर्द्रकस्य ज्वरं दाहं हरेद्रुच्योऽग्निदीप्तिकृत् ॥

सुठोको अर्कले दिसा-अवरोध, आमवात, शूल, दम र कफ नाश गर्दछ ।

(ख) अष्टाङ्ग हृदय :

चर्तुगुणाम्बुसिद्धं वा पयः सगुडनागरम् ।

वायुको प्रभाव भए अथवा चौबर पानीमा पकाइएको दूधमा सक्खर र सुठो मिसाई पिउनू ।

(ग) चक्रदत्त :

नागरं वा सिता भार्ङ्गी सौवर्चलसमन्वितम् ॥

बाडुली रोग र दमरोग हुनेले सुठो, मिश्री, चिण्डे र सौंचरनुन मिसाएर खाने गर्नू ।

(घ) चिकित्सा चन्द्रोदय :

दुई तोला सुठो ३२ तोला पानीमा हालेर पकाउनू । जब आठ तोला पानी बाँकी रहन्छ तब झिकेर छान्नू । सेलाएपछि छ मासा मह मिसाउनू । यो ओखती धेरै दिन खानू । दम, चिसोले लागेको खोकी र चिसोले आउने जरोमा आराम हुन्छ ।

(ङ) भावप्रकाश संहिता :

... निहन्ति श्वासञ्च भार्गी सह नागरेण ॥

सुठो र चिन्डे पिसेर चौलानी पानीसँग खाने गरे दम रोग नाश हुन्छ ।

(च) भैषज्य रत्नावली :

शुण्ठीभार्ङ्गीकृतः क्वाथः कसनश्वसनाहिराट् ॥

सुठो र चिन्डे मिसाएर काँढापानी पकाई पिउने गर्नाले खोकी र दम नाश हुन्छ ।

(छ) रसरत्नसमुच्चय : श्वासकासघ्नी वटी

विश्वादित्रिक-निर्गतद्रवनिशा-कीरप्रियोत्थं दलं नीलग्रीवगलालयं सुरपतेस्तातीयनेत्राभिधम् । विद्वत्पुञ्जवती कृमिप्रतिभटं निर्गुण्डिकावारिणा तुल्यांशाश्चणकप्रमाणवटिकाः सश्वासकासघ्निकाः ॥७ (विश्वादित्रिकं-त्रिकटु । निर्गतद्रवनिशा-निर्गतद्रवा उत्स्वेदनेन द्रवांशपरिहीना हरिद्रा । कीरप्रयोत्थं दलं-कीरप्रियः कीरेष्टः निम्बवृक्ष इत्यर्थः, तत्पत्रम् । नीलेति । नीलग्रवस्य नीलकण्ठस्य नीलकण्ठस्य हरस्य गले कण्ठदेशे आलयो यस्य तादृशं विषमित्यर्थः । सुरपतेरिति । सुरपतेः हरस्य, तृतीयनेत्रसाहचर्य्यात् सुरपतिशब्दस्यात्र हरार्थता एक बोद्धव्या, तात्तीयनेत्रं ललाटस्थतृतीयचक्षुरेव अभिधा यस्य तं वह्निमित्यर्थः, चित्रकमिति यावत् । विद्वदिति-विदुषां वैद्यानां पुञ्जः समूहः अत्र अस्तीति सा विद्वत्पुञ्जवती वासा तस्या वैद्यमातृत्वात् । कृमिप्रतिभटं कृमिशत्रुं, विडङ्गमित्यर्थः ।) ।

सुठो, मरिच, पिप्ला, सुकेको हलेदो, नीमका पात (कसैले अनार अर्थ लगाएको), प्रशोधित वत्सनाभ विष, चितू, असुरो (कतिपयले ब्राह्मी अर्थ लगाएको) र वायुविडङ्ग बराबर लिई धूलो पारेर निर्गुण्डीको रसमा घोटी चनाका दाना जत्रा गोली बनाउनू । यो गोली सेवन गर्नाले दम र खोकी नाश हुन्छ ।

(ज) रसरत्नाकर :

सनागराभया तुल्या कासश्वासौ व्यपोहति ॥

सुठोको धूलो र हर्रोको धूलो बराबर मिसाएर खाने गर्नाले खोकी र दम नाश हुन्छ ।

(झ) वङ्गसेन आयुर्वेद : शर्करासमचूर्ण

शुण्ठीकणामरिचनागदलत्वगेलं चूर्णीकृतं क्रमविवर्द्धितमूर्ध्वमन्त्यात् । खादेदिदं समसितं गुदजाग्निमान्द्यगुल्मारुचिश्वसनकण्ठहृदामयेषु ॥

सुठो सात भाग, पिप्ला छ भाग, मरिच पाँच भाग, नागकेशर चार भाग, तेजपात तीन भाग, दालचिनी दुई भाग र अलैंची एक भाग लिनू । सबै मिसाएर धूलो बनाउनू । त्यो धूलो बराबर मिश्रीको धूलो मिसाउनू । यो ओखती खाने गर्नाले हर्सा, कमजोर पाचनशक्ति, गुल्म, अरुचि, **दम** र मुटुरोग नाश हुन्छ ।

(ञ) शार्ङ्गधर संहिता :

आर्द्रकस्वरसः क्षौद्रयुक्तो वृषणवातनुत् । श्वासकासारुचीर्हन्ति प्रतिश्यायं व्यपोहति ॥

अदुवाको स्वरसमा मह मिसाएर पिउने गरे अण्डकोशको वातरोग, दम, खोकी, अरुची र पिनास भगाउँदछ ।

शुण्ठी सौवर्चलं हिङ्गु दाडिमञ्चाम्लवेतसम् । चूर्णमुष्णाम्बुना पेयं श्वासहृद्रोगशान्तये ॥

सुठो, सौंचर नुन, भुटेको हिङ, दारिमका दाना र अम्लवेतको चूर्ण तातोपानीसँग खाए दम र मुटुका रोग नाश हुन्छन् ।

योगराजगुग्गुलु

नागरं पिप्पलीमूलं पिप्पली चव्यचित्रकौ ॥
भृष्टं हिंग्वजमोदं(दा) च सर्षपो जीरकद्वयम् । रेणुकेन्द्रयवाः पाठा विडङ्गं गजपिप्पली ॥
कटुकाऽतिविषा भार्ङ्गी वचा मूर्वा(र्वे) त्रिभागतः । प्रत्येकं शाणिकानि स्युर्द्रव्याणीमानि विंशतिः ॥
द्रव्येभ्यः सकलेभ्यश्च त्रिफला द्विगुणा भवेत् । एभिश्चूर्णीकृतैः सर्वैः समो देयश्च गुग्गुलुः ॥
वङ्गं रौप्यञ्च नागञ्च लोहसारन्तथाऽभ्रकम् । मण्डूरं रससिन्दूरं प्रत्येकं पलसम्मितम् ॥
गुडपाकसमं कृत्वा इमं दद्याद्यथोचितम् । एकपिण्डं ततः कृत्वा धारयेद् घृतभाजने ॥

सुठो, पिप्लाको जरा, पिप्ला, चाभा, चितूको बोक्रा, भुटेको हिङ, ज्वानु, सर्सिउँ, जीरा, कालो जीरा, शीतलचिनी, इन्द्रजौ, गानेगुर्जो, वायुविडङ्ग, चाभा विशेष (गजपिप्पली), कुटकी, उत्तिस, भारङ्गी, बोझो र मरुई लहरो : यी सबै बीस प्रकारका ओखती एक एक शाण (तीन तीन ग्राम) लिनू । यो सबैको दुई गुना त्रिफला लिनू । यसपछि यो सबै मिसाएर धुलो बनाउनू । जति हुन्छ त्यति नै गोकुलधूप पिसेर धुलो बनाई खुँदो जस्तो हुने गरी पकाउनू । यसपछि पहिलेको धुलो मिसाउनू । यसपछि राङभस्म, रतजभस्म, नागेश्वर भस्म, फलामको सारभस्म, अभ्रक, फलामको किटभस्म र रससिन्दूर : यी सबै एक एक पल (चालीस चालीस ग्राम) यसमा मिसाउनू । सबैलाई खुँदो पकाए जसरी पकाई एउटै गोली (डल्लो) बनाउनू । यसलाई घिउ हालिएको चिल्लो भाँडोमा हालेर राख्नू ।

गुटिकाः शाणमात्रास्तु कृत्वा ग्राह्या यथोचिताः । गुग्गुलुर्योगराजोऽयं त्रिदोषघ्नो रसायनः ॥
मैथुनाहारपानानां त्यागो नैवात्र विद्यते । सर्वान्वातामयान्कुष्ठानर्शांसि ग्रहणीगदम् ॥
प्रमेहं वातरक्तञ्च नाभिशूलं भगन्दरम् । उदावर्तं क्षयं गुल्ममपस्मारमुरोग्रहम् ॥
मन्दाग्निश्वासकासाँश्च नाशयेदरुचिन्तथा । रेतोदोषहरः पुंसां रजोदोषहरः स्त्रियाम् ॥
पुंसामपत्यजनको वन्ध्यानां गर्भदस्तथा । रास्नादिक्वाथसंयुक्तो विविधं हन्ति मारुतम् ॥
काकोल्यादिशृतान् पित्तं कफमारग्वधादिना । दार्वीशृतेन मेहाँश्च गोमूत्रेण च पाण्डुताम् ॥
मेदोवृद्धिञ्च मधुना कुष्ठं निम्बशृतेन वा । छिन्नाक्वाथेन वातास्रं शोथं शूलं कणाशृतात् ॥
पाटलाक्वाथसहितो विषं मूषकजञ्जयेत् । त्रिफलाक्वाथसहितो नेत्रार्तिं हन्ति दारुणाम् ॥
पुनर्नवादेः क्वाथेन हन्यात्सर्वोदरान्यपि ।

यसपछि ससाना एक शाण (तीन ग्राम) का गोली बनाई खाने गर्नू । यो गोलीलाई योगराजगुग्गुलु भनिन्छ । यसले त्रिदोष नाश गर्दछ । यो रसायनी हुन्छ । यो खाँदा मैथुन, खान, पिन आदि केही बार्नु पर्दैन । यसले सबै खालका वातका रोग, कुष्ठरोग, अल्काई, ग्रहणी, प्रमेह, वातरक्त, नाभिको शूल, भगन्दर, उदावर्त, क्षयरोग, गुल्म, छारेरोग, कोखाका शूल, मन्दाग्नि, दम, खोकी र अरुची नाश गर्दछ । पुरुषको वीर्य धातुका दोष नाश गर्दछ भने स्त्रीका रजोदोष नाश गर्दछ । पुरुषको धातु वृद्धि गर्दछ र पुत्र (सन्तान) दिन्छ, बाँझी स्त्रीलाई गर्भ दिन्छ । फ्याक्सेकन्द आदिको काँढापानीसँग खानाले अनेक थरी वातरोग नाश गर्दछ । कल्छे लहरोको काँढापानीसँग खानाले पित्तजन्य रोग नाश गर्दछ । राजवृक्षको गुदीको काँढापानीसँग खानाले कफविकार नाश गर्दछ । चुत्रोको काँढापानीसँग

खाए प्रमेह नाश गर्दछ । गहुँतसँग खाए पाण्डुरोग नाश गर्दछ । बोसो बढेर धेरै मोटाएको मानिसले यसलाई महसँग खानू । नीमको बोक्राको काँढापानीसँग खानाले कुष्ठरोग नाश हुन्छ । वातरक्त रोगमा गुर्जोको काँढापानीसँग खानू । शूल र सुजनमा पिप्लाको काँढापानीसँग खानू । मुसाको विष नाश गर्नुपर्दा पाडरीको काँढापानीसँग खानू । आँखाका कडा रोगमा त्रिफलाको काँढापानीसँग खानू । यसलाई पेटका सबै खालका रोगमा पुनर्नवाको काँढापानीसँग खानू ।

सुनपाती आदिको प्रयोग

(क) शार्ङ्गधर संहिता : तालीसादि चूर्ण

तालीसं मरिचं शुण्ठी पिप्पली वंशरोचना॥
एकद्वित्रिचतुःपञ्चकर्षैर्भागान्प्रकल्पयेत्। एलात्वचोस्तु कर्षार्धं प्रत्येकं भागमावहेत्॥
मृतं वङ्गं मृतं ताम्रं समभागानि कारयेत्। द्वात्रिंशत् कर्षतुलिता प्रदेया शर्करा बुधैः॥
तालीसाद्यमिदं चूर्णं रोचनं पाचनं स्मृतम्। कासश्वासज्वरहरं छर्द्यतीसारनाशनम्॥
शोषाध्मानहरं प्लीहाग्रहणीपाण्डुरोगजित्। पक्त्वा च शर्कराञ्चूर्णं क्षिपेत् स्याद् गुटिका ततः॥

लोठसल्लो बीस ग्राम, मरिच चालीस ग्राम, सुठो साठी ग्राम, पिप्ला असी ग्राम, वंशलोचन सय ग्राम; अलैँची र दालचिनी दुबै ८.४६ ग्राम; राङ भस्म र ताम्र भस्म दुवै १६० ग्राम र मिस्री ६४० ग्राम : यी सबै मिसाई धुलो बनाएर बनाइने तालिस चूर्ण मिस्रीसँग खानाले यो रुचिवर्धक, पाचक तथा खोकी, **दम**, जरो, वाकवाकी, अतिसार, क्षयरोग, आध्मान, फियोका रोग, ग्रहणी र पाण्डुरोग नाशक हुन्छ । अथवा यो चूर्णलाई मिस्रीको चास्नीमा हाली गोली बनाएर खाए पनि समान गुणको हुन्छ ।

(ख) सुश्रुत संहिता :

तालीशतामलक्युग्राजीवन्तीकुष्ठसैन्धवैः॥
बिल्वपुष्करभूतीकसौवर्चलकणाग्निभिः। पथ्यातेजोवतीयुक्तैः सर्पिर्जलचतुर्गुणम्॥
हिङ्गुपादयुतं सिद्धं सर्वश्वासहरं परम्। वासाघृतं षट्पलं वा घृतं चात्र हितं भवेत्॥

तालीसपत्र वा सुनपाती, भुइँअमला, बोझो, जीवन्त, कूट, सिँधेनुन, बेल, पुष्करमूल, रोहिषझार, सौँचरनुन, पिप्ला, चितू, हर्रो र टिमुरको धूलो वा लेदो र कुनै एक ओखतीको चौथाई हिङलाई घिउ र घिउको चौबर पानीमा हालेर पकाउनू । यो घिउ खाने गर्नाले सबै किसिमका **दमरोग** उत्तम तरिकाले नाश गर्दछ । वासाघृत (रक्तपित्त रोग खण्डमा बताइएको) र षट्पलघृत (वातरोग खण्डमा बताइएको) घिउ **दमको रोगमा** पनि उत्तम हुन्छ ।

(ग) हारीत संहिता :

तालीसपत्रं मरिचञ्च विश्वाह्ययामायुतं चोत्तरभागवृद्ध्या ।
त्वक् पत्रकेणापि लवङ्गमेलां पिप्पल्याचाष्टौ गुणितां सिताञ्च॥
लिह्यात्प्रभाते श्वसने ... निहन्यात्...॥

सुनपाती (वा गोब्रेसल्लो), मरिच, सुठो, पिप्ला क्रमशः बढी भाग लिएर दालचिनी, तेजपात, ल्वाङ र अलैँची मिसाई त्यसमा पिप्लाको आठ गुना मिश्री मिसाउनू । यसलाई बिहानको समयमा खाने गर्नाले **दम** नाश गर्दछ ।

तालीसं त्रिफलाप्रियङ्गुमगधामूलञ्च मुस्ता शठी दार्व्येलादलनागकेसरलवङ्गानां तथा नागराः ।

कृष्णाकोलकबालकं सचविला मूर्वा विषा कर्कटं द्राक्षा कुष्ठनिशाग्निवत्सकवृषं गोकण्टतिक्ता तथा॥ वृक्षाम्लं च सदाडिमाम्लकरसं पक्वबदराणि च एतेषां समभागचूर्णविहितं योज्या समा शर्करा। योज्यं चार्द्धपलं निहन्ति... श्वासकं।

सुनपाती (वा गोब्रेसल्लो), त्रिफला, दहीगुर्यैलो, पिप्लाको जरा, नागरमोथे, कचूर, देवदार, अलैंची,, तेजपात, नागकेसर, ल्वाङ, सुठो, पिप्ला, बयर, सुगन्धवाल, चाँवो, मूर्वा, अतीस, कर्कटशृङ्गी, दाख, कूट, चुत्रो, चितू, इन्द्रजौको बोटको बोक्रा, असुरो, गोखुर, कटुकी, भक्किअमिलो, अनारका दाना र पाकेका बयर बराबर मात्रामा लिई धूलो बनाउनू। धूलो बराबर सक्खर मिसाउनू। यो आधा तोलाका दरले खाएमा **दम** नाश हुन्छ।

सैजनको प्रयोग

(क) वङ्गसेन आयुर्वेद :

यूषः सौभाञ्जनस्य च ॥ ... हिक्काश्वासनिवारणः ॥

सैजनका पातको यूष पकाएर पिउने गर्नाले बाडुली रोग र दमरोग नाश हुन्छ ।

सौंचरनुन आदिको प्रयोग

(क) अष्टाङ्ग हृदय :

सुवर्चलादि सिद्धं वा पयोः शाल्योनदनादनु॥

दमरोगमा वात र पित्तको प्रभाव भए सौंचरनुन हालेर तयार पारिएको दूध र मार्सी चामलको भात खाएर त्यसपछि अनुपान पिउनू ।

(ख) चरक संहिता :

दत्त्वा सलवणं क्षारं शिग्रूणि मरिचानि च । युक्त्या संसाधितो यूषो हिक्काश्वासविकारनुत्॥

सिँधेनुन, जवाखार, सैजनका बीज वा जरा र कालो मरिच हाली विधिपूर्वक पकाइएको मुगी आदिको यूष पिउने गर्नाले बाडुलीरोग र दम नाश गर्दछ ।

सौवर्चलं नागरं च भार्गीं द्विशर्करायुतम् । उष्णाम्बुना पिबेदेतद्धिक्काश्वासविकारनुत्॥

सौंचर नुन, सुठो र चिण्डे एक एक भाग तथा सक्खर दुई भाग तातोपानीमा हालेर पिउनू । यसले बाडुली रोग र दम नाश गर्दछ । (मात्रा-एक मासा) ।

(ग) वङ्गसेन आयुर्वेद : सौर्वचलाद्यघृत

सौवर्चलयवक्षारकटुकाव्योषचित्रकैः । घृतं वचाविडङ्गैश्च साधितं श्वासशान्तये॥

दमरोग शान्त पार्न सौंचरनुन, जवाखार, पिर्रे, त्रिकटु, चितु, बोझो र वायुविडङ्ग हाली विधिपूर्वक पकाइएको घिउ खाने गर्नू ।

(घ) शार्ङ्गधर संहिता :

लवणत्रितयं क्षारौ शतपुष्पाद्वयं वचा । अजमोदाऽजगन्धा च हपुषा जीरकद्वयम्॥
मरिचं पिप्पलीमूलं पिप्पली गजपिप्पली । हिङ्गुश्च हिङ्गुपत्री च शठी पाठोपकुञ्चिका॥
शुण्ठीचित्रकचव्यानि विडङ्गश्चाम्लवेतसम् । दाडिमं तिन्तिडीकञ्च त्रिवृद्दन्ती शतावरी॥
इन्द्रवारुणिका भार्ङ्गी देवदारु यवानिका । कुस्तुम्बुरुस्तुम्बुरूणि पौष्करं बदराणि च॥
शिवा चेति समांशानि चूर्णमेकत्र कारयेत् । भावयेदार्द्रकरसैर्बीजपूररसैस्तथा॥
तत्पिबेत्सर्पिषा जीर्णमद्येनोष्णोदकेन वा । कोलाम्भसा वा तक्रेण दुग्धेनौष्ट्रेण मस्तुना॥
यकृत्प्लीहकटीशूलगुदकुक्षिहृदामयान् । अर्शोविष्टम्भमन्दाग्निगुल्मप्लीहोदराणि च॥
हिक्काध्मानश्वासकासाञ्जयेदेतान्न संशयः । एतैरेवौषधैः सम्यग्घृतं वा साधयेद्भिषक्॥

सिधेनुन, सौंचरनुन, विड्नुन, सज्जिखार, जवाखार, सुप, मुङ्ग्रेलो, बोझो, ज्वानु, हपुषा, सेतो जीरा, कालो जीरा, कालो मरिच, पिप्लाको जरा, पिप्ला, चाभा, भुटेको हिङ, जिम्बु, कपुरहलेदो, गानेगुर्जो, सुकुमेल, सुठो, चितू, चाँभा विशेष, वायुविडङ्ग, अम्लवेत, दारिम, चुक अमिलो, सेतो निशोध, अजयपाल, कुरिलो, धनियाँ, टिमुर, कमलको जरा, बयर र हर्रो बराबर मिसाएर धुलो बनाउनू । यसपछि यो धुलोलाई अदुवाको रसमा एकपटक र बिमिरोको रसमा भिजाएर एक पटक पकाउनू (पुट दिनू) । यसपछि सुकाउनू । यसलाई घिउ वा पुरानो मद्य वा तातोपानी वा बयरको काँढापानी वा गाईको तक्र वा उँटको दूध वा मस्तुमध्ये जे रोगीलाई पथ्य अनुपान हुन्छ त्योसँग खान दिनू । यसले कलेजोका रोग, फियोका रोग, कम्मरको शूल, मलद्वारका रोग, कोखको शूल, मुटुका रोग, अल्काई, कब्जियत, कमजोर पाचनशक्ति, गुल्म, वातरोग विशेष (अष्ठीला), पेटका रोग, बाडुली, आध्मान, **<u>दम</u>** र खोकी नाश हुन्छ, शङ्का मान्नु पर्दैन । अथवा यो ओखतीका घिउ हालेर काँढापानी पकाउनू, यसले पनि माथि बताए अनुसार नै लाभ दिन्छ ।

लवणभास्कर चूर्ण

समुद्र लवणं कार्यमष्टकर्षमितं बुधैः ॥
पञ्चसौवर्चलं ग्राह्यं बिडं सैन्धवधान्यके(कात्) । पिप्पली पिप्पलीमूलं कृष्णजीरकपत्रकम् ॥
नागकेशरतालीसमम्लवेतसकन्तथा । द्विकर्षमात्राण्येतानि प्रत्येकं कारयेद् बुधः ॥
मरिचं जीरकं विश्वमेकैकं कर्षमात्रकम् ।
दाडिमंस्याच्चतुष्कर्षं त्वगेला चार्धकार्षिकी (त्वगेले चार्धकार्षिके) ॥
बीजपूररेसेनैव भावित सप्तवारकम् । एतच्चूर्णीकृतं सर्वं लवणं भास्कराभिधम् ॥

शाणप्रमाणं देयन्तु मस्तुतक्रसुरासवैः । वातश्लेष्मभवं गुल्मं प्लीहानमुदरं क्षयम् ॥
अर्शांसि ग्रहणीं कुष्ठं विबन्धं (विविधं) च भगन्दरम् । शोफं शूलं श्वासकासावामवातञ्च हृद्रुजम् ॥
मन्दाग्निं नाशयेदेतद् दीपनं पाचनं परम् । सर्वलोकहितार्थाय भास्करेणोदितं पुरा ॥

बुद्धिमानले समुद्री नुन एक सय साठी ग्राम; सौंचर नुन सय ग्राम; विड्नुन, सिधे नुन, धनियाँ, पिप्ला, पिप्लाको जरा, कालो जीरा, तेजपात, नागकेसर, लोठसल्लो र अम्लवेत सबै चालीस चालीस ग्राम; कालो मरीच, जीरा र सुठो सबै बीस बीस ग्राम; दारिमका दाना अस्सी ग्राम तथा दालचिनी र अलैंची दश दश ग्राम जम्मा पारी मिसाएर कुटी धुलो बनाउनू । यो धुलोलाई बिमिरोको रसमा सात पटक भिजाउनू । यसलाई लवणभास्कर चूर्ण भनिन्छ । यो रोग अनुसार अनुपानसँगै मस्तु, तक्र, सुरा वा आसवसँग तीन तीन ग्राम खान दिनाले वातविकार र कफविकारले हुने गुल्मरोग; फियोका रोग, पेटका रोग, क्षयरोग, अल्काई, ग्रहणी, कुष्ठ, कब्जियत, भगन्दर, सुजन, शूल, **<u>दम</u>**, खोकी, आमवात, मुटुका रोग र मन्दाग्निलाई नाश गर्दछ । यो अति नै दीपन र पाचन हुन्छ । यो चूर्णका बारेमा लोककल्याणका लागि परापूर्वकालमा सूर्यले बताएका थिए ।

(ङ) सुश्रुत संहिता :

सौवर्चलाभयाबिल्वैः संस्कृतं वाऽनवं घृतम् ।

<u>दम</u>, खोकी, बाडुलीरोग र छातीका रोगमा सौंचरनुन, हर्रो र बेल हालेर पकाइएको पुरानो घिउ खान दिनू ।

सौवर्चलयवक्षारकटुकाव्योषचित्रकैः ॥ वचाभयाविडङ्गैश्च साधितं श्वासशान्तये ।

सौँचर नुन, जवाखार, कटुकी, त्रिकटु, चितू, बोझो, हर्रो र वायुविडङ्ग मिसाएर पिसी बनाइएको धूलो हालेर विधिपूर्वक पकाइएको घिउले **दमरोग**लाई शान्त पार्दछ ।

स्वर्णभस्म आदिको प्रयोग

(क) भैषज्य रत्नावली : बृहद् मृगाङ्कवटी

हेमायस्कान्तसूताभ्रप्रवालमौक्तिकानि च । विभीतककषायेण सर्वाणि भावयेत्त्रिधा ॥
एरण्डपत्रमध्यस्थं धानयराशौ दिनत्रयम् । स्थापयित्वा तदुद्धृत्य द्विगुञ्जां वटिकां चरेत् ॥
विभीतकास्थि शस्यं च माषार्द्धं मधुसंयुतम् । अनुपानमिह प्रोक्तं क्वाथो वाऽक्षसमुद्भवः ॥
क्षयं हन्ति तथा कासं यक्ष्माणं श्वासमेव च । स्वरभेदं ज्वरं मेहं सर्वव्याधिं विनाशयेत् ॥

स्वर्णभस्म, कान्तलोह, पारोभस्म, अभ्रखभस्म, मुगाभस्म र मोतिभस्म बराबर लिई मिसाएर बर्रोको काँढापानीमा तीन पटक ढड्याउनू । त्यसपछि सुकाएर अँडिरका पातमा बेरी धानको थुप्रो भित्र गाडेर तीन दिनसम्म राख्नू । त्यसपछि निकालेर दुई दुई रत्तीका गोली बनाउनू । यो चार चार रत्तीका दरले बर्रोको बीजको गुदी र मह मिसाएर अथवा बर्रोको काँढापानी र महसँग खानू । यसले क्षयरोग, खोकी, टीबी, दम, स्वरभेद, जरो र प्रमेह आदि जस्ता सबै रोग नाश गर्दछ ।

हर्रो आदिको प्रयोग

(क) चक्रदत्त, भैषज्य रत्नावली, रस रत्नाकर :

अभयानागरकल्कं पौष्करयवशूकमरिचकल्कं वा । तोयेनोष्णेन पिबेच्छ्वासी हिक्की च तच्छान्त्यै ॥

हर्रो र सुठोको धूलो अथवा पुष्करमूल, जवाखार र कालोमरिचको धूलो मिसाएर तातोपानीसँग पिउनाले **दम** र बाडुली रोग शान्त हुन्छ ।

(ख) वङ्गसेन आयुर्वेद :

पथ्याकषायमथवा पिबेद्रसं मार्कवस्य मधुना । तमके पुष्करजम्बा सनागरं क्षीरमेकञ्च ॥

कफको प्रभाव बढी भएको अथवा वातको प्रभाव बढी भएको **दमको रोगमा** हर्रोको काँढापानीमा मह मिसाएर पिउने गर्नू । अथवा भृङ्गराजको रसमा मह मिसाएर खाने गर्नू । अथवा **तमक नामक दमको रोगमा** पुष्करमूल, जामुनु वा फणिरका बोक्रा र सुठो हाली दूध पकाएर पिउने गर्नू ।

(ग) शार्ङ्गधर संहिता :

अभयामुस्तधान्याकरक्तचन्दनपद्मकैः । वासकेन्द्रयवोशीरगुडूचीकृतमालकैः ॥
पाठानागरतिक्ताभिः पिप्पलीचूर्णयुक्शृतम् । पिबेत्त्रिदोषज्वरजित्पिपासाकासदाहनुत् ॥
प्रलापश्वासतन्द्राघ्नं दीपनं पाचनं परम् ।
विण्मूत्रानिलविष्टम्भवमिशोषारुचिच्छिदम् (रुचिं जयेत्) ॥

हर्रो, नागरमोथे, धनियाँ, रक्तचन्दन, पैयुँ, असुरो, इन्द्रजौ, खस, गुर्जो, राजवृक्ष, गानेगुर्जो, सुठो र कुटकीको काँढालाई पिप्लाको धुलो मिसाएर पिए सन्निपातज्वर निको हुन्छ । यसले तिर्खा लागिरहने रोग, खोकी र डाह ठिक गर्दछ । बरबराउने रोग, **दम** र तन्द्रा पनि भगाउँदछ । यो काँढा अति नै दीपन र पाचन हुन्छ । साथै, यसले दिसा, पिसाब र वायु रोकिएको खुलाउँदछ; वाकवाकी, शरीर सुन्निएको र अरुचि पनि नाश गर्दछ ।

हरीतकीशतं भद्रं यवानामाढकन्तथा ॥
पलानि दशमूलस्य विंशतिश्च नियोजयेत् । चित्रकः पिप्पलीमूलमपामार्गः शटी(ठी) तथा ॥
कपिकच्छूः शङ्खपुष्पी भार्ङ्गी च गजपिप्पली । बला पुष्करमूलञ्च पृथग्द्विपलमात्रया ॥
पचेत् पञ्चाढके नीरे यवैः स्विन्नैः शृतन्नयेत् । तच्चाभयाशतं दद्यात्क्वाथे तस्मिन्विचक्षणः ॥
सर्पिस्तैलाष्टपलकं क्षिपेद्गुडतुलान्तथा । पक्त्वा लेहत्वमानीय सिद्धे शीते पृथक्पृथक् ॥
क्षौद्रञ्च पिप्पलीचूर्णं दद्यात् कुडवमात्रया । हरीतकीद्वयं खादेत्तेन लेहेन नित्यशः ॥
क्षयं कासं ज्वरं श्वासं हिक्कार्शोऽरुचिपीनसान् । ग्रहणीं नाशयेत्ये(दे)ष वलीपलितनाशनः ॥
बलवर्णकरः पुंसामवलेहो रसायनम् । विहितोऽगस्त्यमुनिना सर्वरोगप्रणाशनः ॥

ठूलो जातका हर्रो सय वटा र जौ तीन दशमलव सात तीन किलो (एक आढक) लिनू । पहिला जौलाई कुटेर चार गुना पानीमा हाली पकाउनू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । छोक्रा फाल्नू । यसपछि दशमूल बीस पल (चार सय ग्राम); चितू, पिप्लाको जरा, दतिवन, कपुरहलेदो, काउछो, शङ्खपुष्पी, भारङ्गी, चाभा, बलु र अरिडको मूल जरा वा कमलको जरा सबै अस्सी अस्सी ग्राम लिई पिँधेर धुलो बनाउनू । यसमा करिब बीस लिटर (पाँच आढक) पानी हाली पकाउनू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । यसलाई पहिलेको जौको पानीमा मिसाउनू । अनि हर्रो हाल्नू, घिउ र तिलको तेल दुवै तीन सय बीस ग्राम हाल्नू । चार दशमलव आठ किलो मिस्री हाल्नू । अनि फेरी पकाउनू । बाक्लो भएपछि झिक्नू । सेलाएपछि पिप्लाको धुलो र मह दुवै सोह्र सोह्र तोला हाल्नू । यो अगस्त्य ऋषिले बताएको अवलेहलाई अगस्त्यहरीतकी भनिन्छ । यसमा दुई वटा हर्रो मिसाएर खानाले क्षयरोग, खोकी, जरो, **दम**, बाडुली, अल्काई, अरुची, पिनास र ग्रहणी नाश हुन्छ । यसले छाला चाउरी पर्ने र कपाल फुल्ने समस्या हराउँदछ । पुरुषमा बल र कान्ति बढाउँदछ । यो अवलेह रसायनी हुनाले सबै रोग नाश गर्दछ ।

(घ) सुश्रुत संहिता :

श्वासे कासे च हिक्कायां हृद्रोगे चापि पूजितम् । घृतं पुराणं संसिद्धमभयाविडरामठैः ॥

दम, खोकी, बाडुलीरोग र छातीका रोगमा हर्रो, बिरेनुन र हिङ हालेर पकाइएको दश वर्ष पुरानो घिउ खुवाउनु उत्तम हुन्छ ।

हलेदो आदिको प्रयोग

(क) चक्रदत्त : हरिद्रादिलेहः

हरिद्रां मरिचं द्राक्षां गुडं रास्नां कणां शटीम् । जह्यात्तैलेन विलिहञ्छ्वासान्प्राणहरानपि ॥१६॥

हलेदो, मरिच, दाख, पुरानो सक्खर, फ्याक्सेकन्द, पिप्ला र कचूर बराबर लिई धूलो बनाएर तिलको तेलमा मिसाएर खानाले प्राणनाशक दमरोग पनि नाश हुन्छ । (कसैले सर्सिउँको तेल प्रयोग गर्नू भनेका छन्) ।

(ख) भावप्रकाश संहिता :

हरिद्रां मरिचं द्राक्षां कणां रास्नां शटीं गुडम् । कटुतैलं लिहन्हन्याच्छ्वासान् प्राणहरानपि ॥

हलेदो, मरिच, दाख, पिप्ला, फ्याक्सेकन्द, कचूर र सक्खर बराबर जम्मा पारी पिसेर धूलो बनाउनू । यो धूलो सर्सिउँको तेलमा मिसाएर चाट्ने गर्नाले ज्यानै लिने खालको **दम** पनि नाश हुन्छ ।

(ग) भैषज्य रत्नावली : हरिद्रादि चूर्ण

हरिद्रां मरिचं द्राक्षां गुडं रास्नां कणां शठीम् । जह्यात्तैलेन विलिहन् श्वासान्प्राणहरानपि ॥

हलेदो, मरिच, दाख, पुरानो सक्खर, फ्याक्सेकन्द, पिप्ला र कचूर बराबर लिई धूलो बनाएर तिलको तेलमा मिसाएर खानाले प्राणनाशक **दमरोग** पनि नाश हुन्छ । (कसैले सर्सिउँको तेल प्रयोग गर्नू भनेका छन्) ।

(घ) वङ्गसेन आयुर्वेद :

हरिद्रां मरिचं द्राक्षां गुडं रास्नां कणां शठीम् । तैलेन विलिहन् हन्याच्छ्वासान् प्राणहरानपि ॥

हलेदो, मरिच, दाख, पुरानो सक्खर, फ्याक्सेकन्द, पिप्ला र कचूर बराबर लिई धूलो बनाएर तिलको तेलमा मिसाएर खानाले प्राणनाशक **दमरोग** पनि नाश हुन्छ ।

(ङ) सुश्रुत संहिता :

हरिद्रां मरिचं द्राक्षां गुडं रास्नां कणां शटीम्॥ लिह्यात्तैलेन तुल्यानि श्वासार्तो हितभोजनः ।

हलेदो, मरिच, दाख, सक्खर, फ्याक्सेकन्द, पिप्ला र कचूर बराबर मिसाई पिसेर तेलसँग चाटी हितकर खानपिन गर्नू ।

हिङ आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता :

हिङ्गुसौवर्चलाजाजीबिडपौष्करचित्रकैः । सिद्धा कर्कटशृङ्ग्या च यवागूः श्वासहिक्किनाम् ॥

हिङ, सौँचर नुन, जीरा, बिरेनुन, पुष्करमूल, चितू र कर्कटशृङ्गी हालेर पकाइएको यवागू दम र बाडुली रोग लागेका रोगीलाई खुवाउने गर्नुपर्दछ ।

हिङ्गु सौवर्चलं कोलं समङ्गां पिप्पलीं बलाम् । मातुलुङ्गरसे पिष्टमारनालेन वा पिबेत् ॥

हिङ, सौँचरनुन, बयर, लज्जावती वा मजिठो, पिप्ला र बलुको जराको धूलो बिमिरोको रसमा पिसेर अथवा काँजीमा घोलेर रोगीलाई खान दिनू । (धूलो चार रत्ती हाल्नू) ।

(ख) शार्ङ्गधर संहिता :

हिङ्गु पाठाऽभया धान्यं दाडिमश्चित्रकः शठी । अजमोदा त्रिकटुकं हपुषा चाम्लवेतसम् ॥
अजगन्धा तिन्तिडीकञ्जीरकं पौष्करं वचा । चव्यं क्षारद्वयं पञ्च लवणानि विचूर्णयेत् ॥
प्राग्भोजनस्य मध्ये वा चूर्णमेतत्प्रयोजयेत् । पिबेद्वा जीर्णमद्येन तक्रेणोष्णोदकेन वा ॥
गुल्मे वातकफोद्भूते विड्(हृद्)ग्रहेऽष्ठीलिकासु च । हृद्वस्तिपार्श्वशूलेषु शूले च गुदयोनिजे ॥
मूत्रकृच्छ्रे तथाऽऽनाहे पाण्डुरोगेऽरुचौ तथा । हिक्कायां यकृति प्लीह्नि कासे श्वासे गलग्रहे ॥
ग्रहण्यर्शोविकारेषु चूर्णमेतत्प्रशस्यते । भावितं मातुलुङ्गस्य बहुशः स्वरसेन वा ॥
कुर्याच्च गुटिकाः पथ्या(वह्नीः) वातश्लेष्मामयापहाः ।

भुटेको हिङ, गानेगुर्जो, हर्रो, धनियाँ, अनारदाना, चितूको बोक्रा, कपूरहलेदो, ज्वानु, त्रिकटु, हपुषा, अम्लवेत, ज्वानु विशेष, अमिली, जीरा, पुष्करमूल, बोझो, चाँभा, सज्जिखार, जवाखार र पाँच प्रकारका नुन मिसाएर पिँधी बनाइएको चूर्ण खाना खानु अघि, खाना खाँदा बीचमा, धेरै पुरानो मद्यसँग अथवा गाईको तक्रसँग वा तातोपानीसँग खाए वात र कफले हुने गुल्म, मुटुका रोग, अष्ठीला, मुटु-तल्लो पेट-कोख र मलद्वारको शूल, मूत्रकृच्छ्र, आनाह, पाण्डु, अरुची, बाडुली, कलेजोका रोग, फियोका रोग, खोकी, **दम**, गलग्रह, ग्रहणी र अल्काई नाश हुन्छ । यो धुलोलाई बिमिरोको रसमा भिजाएर गोली बनाई खाए वात एवं कफजन्य रोग नाश हुन्छ ।

हुर्हुरे आदिको प्रयोग

(क) चरक संहिता :

सुवर्चलारसो दुग्धं घृतं त्रिकटुकान्वितम् । शाल्योदनस्यानुपानं वातपित्तानुगे हितम् ॥

हुर्हुरेको रस, दूध, घिउ र त्रिकटुको धूलो मिसाएर मार्सी चामलको भात खाएपछि वात-पित्तजन्य दमका रोगीलाई पिउन दिनु पर्दछ । (दूधको मात्रा बढी चाहिन्छ अन्य ओखती यथोचित मिसाउनू) ।

॥ समाप्त ॥

केही शब्द र अर्थ
(यसको सङ्कलन र सम्पादन नसकिएपनि यहाँ राखिदिएको छु)

अँडिर :- सातकुने पात भएको, झुप्पामा फल लाग्ने, रातो वा सेतो डाँठ भएको, फूलबाट तेल निकालिने र पातचाहिँ रेसमका कीरालाई खुवाइने एक जातको बोट । त्यसै वनस्पतिको फल । Castor-Oil plant.

अगस्ति :- पन्ध्र बीस हात अग्लो हुने, माटोझैं फुस्रो बोक्रा हुने, सेतो काठ सेता भेट्‌ना र फिक्का गुलाफी रङको टुप्पा हुने, एक हात लामा कोसा लाग्ने, चार अमल जति लामा चेप्टा खालका घुम्रिएका फूल कार्तिक वा मंसिर महिनामा फुल्ने र फूलको अचार वा तरकारी खाइने एक किसिमको रुख । यसका सेता, राता, पहेंला र काला गरी चार प्रकारका फूल हुन्छन् र यसैका आधारमा यसलाई चार प्रकारका मानिएको छ । यसको फूललाई बकपुष्प भनिन्छ । मुनि । Wisteria tree.

अङ्गुर :- पातलो मिही चिल्लो बोक्रा भएको, ससाना सेता फूल फुल्ने, फिक्का पहेँलो रङ हुने दानादार झुप्पे फल फल्ने एक जातको लहरो; त्यसै खाइने वा रसबाट द्राक्षासव, चिनी, रक्सी आदि बनाइने, त्यसैको फल; दाख । Grape.

अजमोदा :- धनियाँका छाँटको पात हुने, मसिना झुप्पाकार फूल फुल्ने, ज्वानुजस्तै फल हुने एक झार; जङ्गली ज्वानु । Celery fruit.

अतिबलु :- सुठुनीका जस्ता हरिया र चिल्ला पात हुने, गुन्ठुनिएको लहरो भुईंमा लत्रिएर बढ्ने, सेता र पहेँला रङका ससाना फूल फुल्ने र औषधिका निम्ति प्रयोग हुने एक जातको लहरो । यो बलु जातिको एक झार विशेष हो तथा सानो र ठूलो गरी दुई किसिमको हुन्छ । सानो अति गर्मी स्थानमा हुन्छ, विरुवामा दुई हातको र हुर्केपछि पाँच हात अग्लो बोट हुन्छ । गुर्जोका जस्तै तर किनारा काटिएका पात हुन्छन् भने केही घुम्रिएका र बाटुला फल हुन्छन् । ठूलोका पात, फूल, फल र बोट समेत ठूलो हुन्छ । Country mallow.

अजयपाल :- काभ्राका जस्ता पात हुने, हरियो फूल फुल्ने, खैरो रङको फल फल्ने एक वृक्ष वा त्यसैको फल; जमालगोटा । Wild croton.

अतिसार :- खाएका कुरा नपची पातलो दुर्गन्धी दिसा भइरहने रोग; आउँको रोग । यसका कफजन्य, वातजन्य, पित्तजन्य, आमजन्य, सन्निपातजन्य र शोकजन्य गरी छ किसिम हुन्छ । यो रोगमा सामान्यतः आमाशय सुन्निएर खाएको कुरा नपची पातलो दिसा र डकार आइरहन्छ, अमन हुन्छ र शरीर लखतरान भएर गल्दछ । Diarrhea.

अदुवा :- झण्डै हलेदो जस्तो बोट र पात भई भुईंमनि पिरा गाना फल्ने एक वनस्पति; मसला वा औषधिमा प्रयोग हुने यसैको गानु । Ginger.

अनन्तमूल :- बाटुलो र तीखो टुप्पो भएको पात हुने, मन्दाग्नि अरुचि, दम, खोकी र विषको दोष आदिको उपचारका निम्ति प्रयोग गरिने कालो वा सेतो रङ्गको एक थरी पोथ्रो; सहदेवा बूटी । Sarsaparilla.

अनुपान :- खाना वा ओखती खाएपछि त्यसलाई पचाउन लगत्तै पिइने पेय पदार्थ । A drink taken with or after medicine or food.

अनुलोमन :- कब्जियत भएर पेटभित्र रहेको मल वा रोकिएको मूत्रलाई खुकुलो बनाई आन्द्राभुँडी सफा गर्दै तलतिर धकेलेर दिसापिसाब मार्फत बाहिर निकाल्ने औषधी । जस्तै : हर्रो । Regular gradation, sending or putting in the right direction.

अनूप :- सिमसार क्षेत्र, पानी धेरै हुने स्थान वा देश । Having water near the surface or land.

अपराजिता :- केराउका जस्ता कोसा हुने र सेतो वा नीलो फूल फुल्ने एक खालको लहरो । सेता फूल फुल्नेलाई गिरिकर्णिका र नीलो फूल फुल्नेलाई विष्णुक्रान्ता भनिन्छ । Blue pea.

अभिष्यन्दी :- थलथले गुणले गरुङ्गोपनबाट रस निकाल्ने चौबीस थरी शिरा नामका नसाहरू थुनेर शरीरलाई भारी (गरुङ्गो) बनाउने द्रव्यलाई अभिष्यन्दी द्रव्य भनिन्छ । अथवा शरीर भित्र कफ बढाउने पदार्थ ।जस्तैः रातको दही । Substances which cause obstruction to srotas and are slimy & heavy in nature; e. g. Curd.

अभ्रक :- आगाले नजल्ने पारदर्शी र पत्रेदार खनिज पदार्थ विशेष, अभ्रख, अब्रक । Talc Glimmer.

अमला :- अमिलीका जस्ता मसिना पात हुने र गोलाकार फल फल्ने बोटविशेष । त्यसैको फल; आमलक । Emblic myrobalan.

अमिली :- साना मसिना पात हुने र लामा कोसादार अमिलो फल फल्ने ठूलो जातको रूख; त्यसैको फल; तित्री । Tamarind Tree.

अम्फीफल :- काभ्राका जस्ता पात हुने, ससाना पहेँला रङका फूल फुल्ने र राता रङमा सेता धर्सा भएका फल फल्ने काँडादार एक वृक्ष, त्यसैको फल । असारे । Tlebid Alu Retis.

अम्लवेत :- सहस्रवेधिन्, चुक्र आदि शब्दले अम्लवेतलाई बुझाउँदछ । अम्लवेत शब्दले कोही शङ्खत्रो लिन्छन् , कोही जल्लीबीर लिन्छन्, कोही पदमचाल्नु लिन्छन् । अम्लवेतका पर्याय शब्द देखाउँदा आयुर्वेदीयनिघण्टुमा फलाम्लः, शङ्खद्रावी, मांसद्रावी इत्यादि शब्द लेखेको देखिनाले शङ्खद्रावीको अपभ्रंश हुँदा-हुँदा शङ्खत्रो बन्न गएको हो भन्न पनि सकिन्छ । त्यसमा पनि शङ्ख गलाउनु, मासु गलाउनु इत्यादि गुण देखिन्छन् । यिनै गुण जल्लीबीरमा पनि पर्याप्त देखिन्छन् । अब यी दुईमा विनिगमना (निश्चय गराउने सबुती) नदेखिएपछि अम्लवेतस शब्दले स्पष्ट बुझिने अर्थ (वेतको आकार भएको अमिलो वस्तु) लाई लिएर पदमचाल्नु ठहराउनु अति उचित हुनेछ । कुनै निघण्टुमा 'भोटदेशे प्रसिद्धः' यस्तो पनि लेखिएको छ । शङ्खत्रो, जल्लीवीर अन्यत्र पनि पाइन्छ । (पदमचालको स्थानीय नाम केञ्चो हो पनि भनिन्छ) । Citrus.

अरोचक :- अन्न मन नपरी तृप्ति (पेट भरिनु) भएजस्तो अनुभव हुनुलाई "अरोचक" भनिन्छ ।

अलैंची :- एला, ऐन्द्री, कन्या, चन्द्रबाला, निष्कुटि, निष्कुटी, पृथ्वीका, वहुला ।

अल्काई (रोग) :- गुदद्वारको भित्रपट्टि खटिरो आई रगत बग्ने रोग । अर्श, अलकाई, गदगुदज, गुदाङ्कुर, दुर्नामक, दुर्नाम, हर्सा ।

अशोक :- अशोक, वञ्जुल ।

अश्वगन्धा :- लाम्चा पात र खैरो प्यूठाने मूलाकाभैं कन्द हुने एक जातको बूटी वा त्यसैको कन्द । अवरोहक, अश्वकन्द, अश्वगन्धक, अश्वगन्धा, अश्वगन्धिका, अश्वावरोहक, अश्वावरोहका, ऋक्षगन्धा, एलापर्णी, कञ्चुका, कञ्चुकी, कटुका, कम्बुका, कम्बुकाष्ठा, कामरूपिणी, कालकर्णी, कालप्रियकरी, कुलाङ्गना, कुष्ठगन्धा, कुष्ठगन्धिनी, गन्धपत्री, गन्धा, गोकर्ण, घोडालाई बुझाउने शब्दका अन्तमा गन्ध शब्द जोडिएका शब्द, तुरगगन्धा, तुरगी, तुरङ्गाह्वा, पलाशपर्णी, पीता, पीवर, पीवरा, पुण्या, पुत्रदा, पुष्टिदा, बहुगन्धा, बर्हिपिच्छ, बलदा, बल्या, भूतवल्ली, मारुतघ्नी, लोककर्णी, वनजा, वरगात्रकरी, वरदा, वराह, वराहकर्ण, वराहकर्णी, वराहपत्री, वराहिका, वाजिगन्धा, वाजिनी, वाजीकरी, वाजीगन्धा, वातघ्नी, वाराहकर्णी, वृषा, व्रणोज्भित, शिष्टगन्धा,

श्यामला, हयगन्धा, हय शब्दका पर्यायवाची शब्द, हयप्रिया, हया, हयाह्वया, हयाह्वा र हयी । Winter cherry.

अष्ठीला :- मूत्राशयमा गाँठा पलाएर मूत्रत्यागमा अवरोध हुने एक रोग (प्रोस्टेट ग्ल्याण्ड) ।

असुरो :- अटरूष, अट्टरूषक, आटरूषक (हा.सं.), वाजिदन्तक, वासक, वासा, वाशिका, वासिका, वैद्यमातृ, वृष, सिंहास्य, सिंहिका, सिंही । आटरूषक । Malabar Nut.

आँक :- अर्क, अर्कपर्ण, अर्काह्व, आस्फोट, आस्फोत, गणरूप, मन्दार, रवि, वसुक, वसूक, विकिरण, विकीरण ।

आध्मान :- पेट फुल्ने एक रोग, अपानवायु रोकिनाले छालाको थैलो फुले जसरी पेट फुल्ने रोग ।

आनाह :- पचेर अथवा नपची दूषित भएको मलमूत्र पेटमा रोकिएर हुने रोग ।

आम :- खाएपिएका कुरा पचेपछि बन्ने रस । सामान्यतः "आम" पनि रसै हो तर आहार राम्ररी नपाकी वा नपची बनेको रस हो (शार्ङ्गधर) ।

आमदोष :- कमजोर पाचनशक्तिका कारण शरीरमा नपचेका खानेकुरा सडेर बन्ने विषालु तत्व ।

आमवात :- आमरस वा आउँका कारण हुने जोर्नी दुख्ने वातरोग ।

आमातिसार :- आउँ सहितको छेरपटी ।

आस्थापन वस्ति :- विभिन्न औषधीको काँढापानी बनाई त्यो काँढापानीलाई छदाउन वा दिसा पिसाब गराउन प्रयोग गर्ने विधि ।

इक्षुबालिका :- एक जातको उखु । तालमखाना । काँस ।

इन्द्रेनी लहरो :- ऐन्द्री ।

अतीस (सेतो) :- । Atees.

अतीस (विशेष) :- अविषा, प्रतिविषा, प्रत्युपविषा, श्वेतरक्तविषा,

अतीस (कालो) :- अतिसारघ्नी, आर्द्रा, उपविषा, उपविषाणिका, कृष्णा, घुणप्रिया, घुणा, पित्तवल्लभा, प्रतिविषा, बालरोगनाशिनी, भङ्गुरा, माद्री, लघुप्रिया, विरूपा, विश्वा, विषदा, विषामाद्रिक, विषा, शृङ्गिका, शृङ्गीका, शृङ्गी, श्यामकन्दा, श्वेता, सितारुणा,

उदावर्त :- अपानवायु माथितिर सरी मलमूत्रलाई पनि माथिमाथि तान्ने पेटको रोग । अपानवायु, दिसा, पिसाब, हाई आँसु, हाच्छिउँ, डकार, बान्ता, शुक्र, भोक, तिर्खा, निःश्वास र निद्रा आउन लाग्दा जबरजस्ती रोक्ने गरे यो रोग लाग्दछ । रोग लागिसकेपछि दिसा, पिसा र अपानवायु बन्द हुन्छ । पेट कराउने गर्दछ । शरीर कमजोर भई दुख्न थाल्दछ ।

उन्माद :- पागलपन, कडा रिस, मानसिक रोग ।

उशीर (खस) :- गण्डदूर्वा, जल, वीरण, वीरतर, वीरतरु ।

उष्णवीर्य :- (अष्टाङ्ग हृदय) द्रव्यमा हुने गुण विशेष । उष्ण वीर्यले भ्रम पैदा गर्ने, तिर्खा लगाउने, हर्ष नाश गर्ने, पसिना निकाल्ने, डाह गर्ने तथा खाएको कुरा वा घाउआदि चाँडै पकाउने काम गर्दछ । यसले वात र कफ दोषलाई शान्त पार्दछ ।

ऊरुस्तम्भ :- तिघ्रा शिथिल हुने रोग, आढ्यवात ।

ऊर्ध्ववात :- धेरै डकार आउने रोग ।

ऐण :- कृष्णसार मृग ।

ऐरेलु :- **Colocynth.**

ओदाने काँडो :- Land caltrops, Devil's thorn, Goat head, Puncture vine, Small caltrops, Caltrops.

ओल :- अर्शोघ्न, कन्द, शूरण, सूरण । **Elephant foot.**

औषधी विशेष (काञ्जिक) :- अवन्तिसोम, आरनालक, काञ्चिक, काञ्जिक, काञ्जी, कुञ्जल, कुल्माष, कुल्माषाभिषुत, धान्याम्ल, सौवीर । पानीमा रायो, नुन आदि हाली बनाइएने औषधी विशेष ।

कटसरैया (पहेंलो) :- कुरण्टक ।
कण्टकारी :- धावनी, सिंहिका,
कत्तृणः- नेपाले उशीर वा कुशजस्तो पिर्रे, हरकट्टा ।
कदम :- कदम्ब, नीप, प्रियक, हलिप्रिय ।
कपुर :- । Camphor laurel, Camphor Tree.
कपुरहलेदो :- कर्चूर, कर्वुर, कर्वूर, गन्धपलाश विशेष, गन्धमूली, पलाश, शठी, षड्ग्रन्थिका । यो औषधी हलेदो जस्तो हुन्छ र छ गाँठा हुन्छन् ।
कब्जियत :- पेटमा मल रोकिएर बस्ने रोग विशेष (आनाह) । विलम्बिका ।
करम :- गर्मी प्रदेशमा पोखरी वा तलाउमा उम्रने, सखरखण्डको जस्तो पात, खोक्रो डाँठ र सेतो फूल हुने एक साग; करमी । कलम्बिका, कलम्बी, कालशाक ।
करवीर (कँडेल) :- । **(Common oleander).**
करील :- करीर, क्रकर, ग्रन्थिल, तीक्ष्णकण्टका ।
करेलो :- कटीलक, कठिल्लक, कारवेल्ल, वेल्ल, सुशवी, सुषवी, सुसवी ।
कर्कटी (समुद्रकर्कटी) :- करज, चक्रकारक, व्याघ्रनख, व्याडायुध, व्यालायुध ।
कन्याङकुरुङ :- कङ्क, कुरर, कुलिङ्ग, क्रुञ्च, क्रौञ्च ।
कल्क :- कुनै नरम वा सुकेको ओखतीलाई पानी मिसाई पिसेपछि बन्ने धुलो वा लेदो । क्रक ।
कल्छे लहरोः- काकोली । दूध कल्छे लहरो-क्षीरकाकोली । पयस्या ।
कवई :- काकमाचिका, काकमाची, मत्स्याक्षी, वायसी ।
कषाय : काँढापानी ।
काँक्रो (गोलकाँक्री) :- तुण्डिकेरी, तुण्डी, तुण्डीकेशी, पीलुपणी, बिम्बिका, बिम्बी, रक्तफला ।
काँस :- इक्षुगन्धा, काशम्, काशः, पोटगल ।

काउछो :- अजहा, अव्यण्डा, आत्मगुप्ता, ऋष्यप्रोक्ता, कण्डुरा, कण्डूरा, कपिकच्छु, कपीकच्छु, कपि (पी)कच्छू, चण्डा, जहा, प्रावृषायणी, मर्कटी, वानरी, व्यण्डा, शूकशिम्बि, शूकशिम्बी, स्वयंगुप्ता । **Cowhage.**
कान्तिसारलौह :- जुन फलामे भाँडोमा राखेको पानीमा तेल पर्दा फैलिँदैन, तातेको भाँडामा फुराएको हिङमा गन्ध आउँदैन, नीमको रस पर्दा गुलियो बन्दछ, दूध तताउँदा उम्लेर जाँदैन, पानी राखेर चना भिजाउँदा कालो हुन जान्छ, यस्तो गुण भएको फलामलाई कान्तिसारलौह भनिन्छ । कान्तम् ।
काफल :- कट्फल, कुमुदिका, कुम्भी, कैडर्य, श्रीपर्णिका, श्रीपर्णी ।
कालीकाठ :- अमोघा, कृमिघ्न, चित्रतण्डुला, तण्डुल, तन्दुल, वरा, वायुविडङ्ग, विडङ्ग, वेल्ल ।
किसमिस :- प्रायः बीज नहुने सुकेको मीठो दाख; सानो दाख । क्षुद्रद्राक्षा, निर्वीजद्राक्षा ।
कुट :- कुष्ठ, बुटी विशेष ।
पिर्रे :- झुप्पा झुप्पा पात लाग्ने, नीलो फूल फुल्ने र कालो फल फल्ने एक भुइँझार वा त्यसको डाँठ अथवा जरा, कटुकी, पिरिया, कतरा । Picrohiza root, Hellebore.
कुबेराक्ष :- करज, करञ्ज, करञ्जक, चिरबिल्ल, चिरिपबल्व, नक्तमाल, नक्ताह्व, रक्तमाल ।
कुभिण्डो :- कर्कारु, कूष्माण्डक ।
कुभिण्डो (भुइँकुभिण्डो) :- विदारी ।
कुरिलो :- Hundred Husbands.
कुसुम :- कुसुम्भ, ।
कुश :- कुथ, कुश, दर्भ, पवित्र ।
अप्रसूनाः स्मृता दर्भाः प्रसूनास्तु कुशाः स्मृताः-नफुलेको वा सानो जातको कुशलाई दर्भ भनिन्छ भने फुलेको कुशलाई कुश भनिन्छ (श्राद्धमञ्जरी) ।

कुष्ठ :- । Saussurea lappa, Costus, Kuth root.

केसर :- अग्निशिख, काश्मीरजन्मन्, कुङ्कुम, कुसुम्भ, धीर, पिशुन, पीतन, बकुल, रक्त, लोहितचन्दन, वर, वाह्लिक, वाह्लीक, सङ्कोच ।

कैथ :- कपित्थ, कबित्त्थ, ग्राहिन्, दधित्थ, दधिफल, दन्तशठ, पुष्पफल, मन्मथ ।

कोइरालो :- कोविदार, कुद्दाल, चमरिक, युगपत्रक ।

कोदो :- कादव, कोद्रव, कोरदूष ।

कौवाठोरी (काकचुचे) :- काकनासिका, काकाङ्गी ।

क्लम :- कुनै परिश्रम नगर्दा पनि शरीर थाकेर मन खिन्न हुनु ।

क्लेद :- रगतमा कालोपन हुनु, गनाउनु र तनुत्व (पातलोपन ?) हुनुलाई "क्लेद वा रक्तक्लेद" भनिन्छ । मासुमा कालोपन हुनु र गनाउनुलाई "मांसक्लेद" भनिन्छ ।

क्षतक्षीण :- धेरै परिश्रम वा मैथुनका कारण छाती भित्रको रस वा मासु सुक्ने रोग ।

क्षवथु :- हाच्छिउँ आइरहने एकप्रकारको नाकको रोग ।

खजुर :- खजुर, खजूर, खर्जूर । खजुर (गुलियो) :- मधुरा ।

खमारी :- कम्भारी, काश्मरी, काश्मर्य, गम्भारी, भद्रपर्णी, मधुपर्णिका, श्रीपर्णी, सर्वतोभद्रा । महाभद्रा ।

खयर :- अज्झ, अरुचिकृत्, कण्टकी, कण्टकिद्रुम, कण्टाद्य, कण्टी, कदर, कदिर, कषायपुष्पक, कषायफल, काम्बोजीपत्रक, कार्मुक, कालस्कन्ध, कुञ्जकण्टक, कुटिलकण्टक, कुष्ठघ्न, कुष्ठारि, कृमिघ्न, खदिर, खाद्य, गलरोगनुत्, गायत्री, गीत, गीता, गीति, गोरड, गौराट, जिह्मशल्य, तिक्तसार, दन्तधावन, द्विजप्रिय, नेमिवृक्ष, पत्री, पथिद्रुम, बहुशल्य, बहुशालक, बहुसार, बाल, बालतनय, बालपत्र, बालपत्रक, मरुद्भव, महावल्क, महावृक्ष, महासार, मार्गवृक्ष, मेदोघ्न, मेध्य, यज्ञाङ्ग, यज्ञिय, याज्ञिक, यूपवृक्ष, रक्तसार, रोहिणी, वक्रकण्ट, वक्त्र, शल्य, शल्यक, श्याम, श्यामसार, श्वेतसार, सकण्टक, सारक, सारद्रुम, सारशल्य, सित, सुकण्टकी, सुशल्य, सुसार, सोम, सोमवल्क, सोमवल्कल, संवरण, होमतरु, होमवृक्ष, क्षतक्षम, क्षतिक्षाम, क्षमा, क्षमी, क्षिति, क्षिती, क्षितिद्रुम र क्षितिक्षय । Cutch tree.

खयर (कत्था) :- अखादिर, खदिरसार, खदिरोद्भूत, खादिर, तत्सार, रङ्ग र रङ्गद ।

खरी :- अर्जुन, अर्जुनका पर्यायवाची शब्द, इन्द्रतरु, इन्द्रदु, इन्द्रसाह्व, इन्द्रसूनु, ककुध, ककुभ, कर्णारि, कीकीटविजया, किरीटी, कुरुवीरक, कृष्णसारथि, कौन्तेय, गाण्डीवी, चित्रयोधी, जघनच्छदन, जयोसितकेशुव्रणात्, देवसाल, धनञ्जय, धन्वी, धवल, धूर्तपादप, धूर्तभूरुह, नदीज, नदीसर्ज, पाण्डव, पार्थ, पुष्पफल, पृथाज, फाल्गुन, फाल्गुन अर्थात् अर्जुनका पर्यायवाची शब्द, मधुगन्ध, माधुगन्धिकपुष्पक, राल, वीर, वीरतरु, वीरद्रु, वीरान्तक, वैकान्तक, वैरान्तक, शक्रतरु, शठद्रुम, शम्बर, शिवमल्लक, श्रीफलसञ्ज्ञ, श्वेतवाह, सर्पण, सव्यसाची, साल, सालसार, सेव्य, हीन, हीनपुष्प, क्षत्रियोधी । **Arjuna myrobalan,** White murdah**.**

खोस्रेटो :- काकोदुम्बरि, काकोदुम्बरिका । **(Wild Fig)**

गँगटो :- कर्कट, कुलीर ।

गन्धक :- **(Sulphur)**

गलग्रह : कफ बढेर सास फेर्न असजिलो पार्ने घाँटीको एक रोग ।

गलशुण्डिका :- किलकिले वा लिगलिगे सुन्निने घाँटीको रोग ।

गहत :- कुलत्थिका, कुलाली, कुल्माष, चक्षुष्या ।

गहुँ :- गोधूम, सुमन ।

ग्रहणी- जठराग्निको आधार भएकी नाइटोभन्दा केही माथि ग्रहणी (खानपिन ग्रहण गर्ने) एउटा नाडी हुन्छे । यिनको काम नपचेको कुरा पचाई मलमूत्र मनाएर शरीर बाहिर निकाल्नु हो । यो नाडीमा कुनै विकार भई खाएपिएको नपची बाहिर निस्कने वा पचेपनि पटकपटक गरेर बाहिर निस्कने रोगलाई ग्रहणी भनिन्छ । अन्य अर्थ : खाएको चिजमा बोसे आन्द्रोले गर्नुपर्ने काम गर्न नसक्दा हुन जाने पेटको रोग । यसले पेट फुल्ने, दुख्ने, दिसा लागिरहने र भोक नलाग्ने समस्या हुन्छ ।

गानुगोला (रोग) :- गुल्म । (क) नसा सुन्निएर गाँठो पर्नु । (ख) वात आदि दोषले छाती वा पेटमा हुने हावाको गोला पर्ने रोग । वात, कफ, पित्त आदिका विकारबाट पेटभित्र वायुको गोला जम्ने रोग; वायुरोग; गानुगोला ।

गानेगुर्जो :- अम्बष्ठा, अम्बालिका, अविद्धकर्णी, एकाष्ठीला, पाठा, पापचेली, प्राचीना, रसा, वनतिक्तिका, विद्धकर्णी, श्रेयसी, स्थापनी, ।

गिठो (वाराही कन्द) :- गृष्टि, घृष्टि, वदरा, वराहकन्द, वाराही, विष्वक्सेनप्रिया ।

गिनेरी :- अग्निमन्थ, कणिका, गणकारिका, गणिकारिका, जय, जयन्ती, श्रीपर्ण ।

गुनाभा :- ऋषभ, लाङ्गुली, वृष, शृङ्गी । हिमालयतिर पाइने लसुनको जस्तो कन्दहुने, निर्बलिया ससाना पात हुने गोरुको सिङजस्तो बोट हुने बुटी विशेष ।

गुनाभा (कर्कटशृङ्गी विशेष)-कूर्चशीर्ष, जीवक, मधुरक, शङ्ग, शिखरी, शृङ्ग, ह्रस्वाङ्ग । हिमालयतिर पाइने लसुनको जस्तो कन्दहुने, निर्बलिया ससाना पात हुने कुचोजस्तो बोट हुने बुटी विशेष ।

गुनालु (बलुविशेष) :- गाङ्गेरुकी, झषा, नागबला, ह्रस्वगवेधुका ।

गुन्याँ मधुरा :- अग्निशिखा, लाङ्गलिकी ।

गुर्जो :- अमृता, कुष्ठ, गुडूची, छिन्नरुहा, छिन्ना, जीवन्तिका, तन्त्रिका, मधुपर्णी, लक्ष्मणा, वत्सादनी, वरा, विशल्या, सोमवल्ली ।

गोकुलधूपको रुख :- उलूखलक, कुम्भ, कुम्भीसार, कुम्भोलू, कुम्भोलूखलक, कौशिक, खलक, गुग्गुल, पुर, श्रीवास ।

गोखुर (सानो ओदाने काँडो)- इक्षुगन्ध, कण्टफल, कण्ठी षडङ्ग, क्षुद्रक्षुर, क्षुर, गोकण्टक, गोक्षुरक, चणद्रुम, त्रिकण्टक, पलङ्कषा, बहुकण्टक, भक्षटक, वनशृङ्गाट, श्वदंष्ट्रा, स्थलशृङ्गाट, स्वादुकण्टक ।

गोरखमुण्डी :- अलम्बुषा, मुण्डी, शशमुण्डी । श्रावणी,

गोरोचन :- रोचनम्, रोचना ।

गोहोरो :- गोधा, गोधेय, गौधार, गौधेर,

ग्रहणी (रोग एवं अङ्ग) :-पाचक (खाएको अन्न जल पचाइदिने) अग्नि (जठराग्नि) को आधार भएकी नाभिस्थानभन्दा केही माथि ग्रहणी नाम भएकी (अन्न-जल ग्रहण गर्ने) नाडी रहन्छे । त्यो नाडीले अपक्व अन्न-जल लिएर पक्व गराई मल-मूत्ररूपमा परिणत पारेर अधोमार्गद्वारा निकालिदिन्छे । त्यस नाडीमा दोष सञ्चय हुन जाँदा खाएको अन्न-जल अपक्व नै निस्कन लाग्दछ अथवा पक्व भइगयो भने पनि धेरै पटक गरी निस्कन लाग्दछ । यस्तो रोगलाई ग्रहणीरोग भनिन्छ । ग्रहणीरूज्, प्रवाहिका ।

ग्लानि :- थकाइ, सुस्तता, अरुचि, घिन, पछुतो, मानसिक कष्टबाट हुने लाचारीको दुःख ।

घिउकुमारी :- कन्या, कुमारी, तरणि, सहा ।

घिरौंलो :- कोशातकी, घोषक, धामार्गव ।

घिरौंलो (पाटे) :- कोशातकी, महाजाली । कृतवेधना ।

घिरौंलो (झुसे) :- देवदाली ।

घोडताप्रे :- मण्डूकपर्णी, मत्स्याक्षी, मीनाक्षी, वरा (सानो पात हुने), सुवर्चला ।

चठेल :- देवी, नारक, वन्ध्याकर्कोटिका, वन्ध्याकर्कोटिकी, वरा (विषकण्टकिनी, फल नफल्ने चठेल) ।

चना :- चण, चणक, हरिमन्थ, हरिमन्थक ।

चन्दन (श्रीखण्ड) :- गन्धसार, चन्दन, भद्रश्री, मलयज ।
चन्दन (विशेष फरक फरक)- गोशीर्ष, तैलपर्णिक, हरिचन्दन ।
चन्दन (रक्त) :- कुचन्दन, तिलपर्णी, पत्राङ्ग, रक्तकाङ्ग, रक्तचन्दन, रञ्जन ।
चन्दन (गोपी) :- सुराष्ट्रजा ।
चन्दन (विशेष) :- पतङ्ग, बकचन्दन ।
चमेली :- जाति, जाती, मालती, सुमनस्, सुमना ।
चमेलीको फूल :- चम्बेली, मालती ।
चरीअमिलो :- अम्बष्ठा, अम्ललोणिका, अम्ला, चाङ्गेरी, चुक्रिका, दन्तशठा ।
चाँदी :- खर्जूर, तार, दुर्वर्ण, रजत, रुप्य, श्वेत ।
चाँपको फूल :- नागपुष्प, सुवर्णपुष्प ।
चाँभा :- चविक, चविका, चव्य, चव्या ।
चाभा :- कटुवल्ली, कपिवल्ली, करिपिप्पली, कोलवल्ली, गजकृष्णा, गजपिप्पली, चाबो, चाभो, तेजनी, तेजवती, तेजस्विनी, तेजोह्वा, पुष्करमूल, वशिर, वसिर, श्रेयसी, सूर्यावर्त ।
चिउरी :- इङ्गुदी, तापसतरु ।
चितू :- Ceylon leadwort, White flowered leadwort, White leadwort.
चिराइतो :- अनार्यतिक्त, किरातक, किराततिक्त, कैरात, भूनिम्ब ।
चिरौंजी :- धनु, धनुपट, धनुष्पट, पट, पियाल, प्रियाल, राजातन, राजादन, सन्नकद्रु ।
चुक अमिलो :- चुक्र, तितिडि, तितिडीक, तिन्तिडीक, वृक्षाम्ल ।
चुत्रो :- कटङ्कटेरी, कालेयक, कालीयक, दारुहरिद्रा, दार्वी, पचम्पचा, पचम्बचा, पर्जनी, पीतद्रु, हरिद्रु । Indian barberry, Tree turmeric, Nepal barberry.
छगडा :- खर्जूरी ।

छतिवन :- विशालत्वच्, विषमच्छद, शारद, शारदी, सप्तच्छद, सप्तपर्ण ।
छारेरोग :- अपस्मार, अपस्मृति, मृगी ।
छिउँके झार :- छिक्किका । शार्ङ्गेष्ठा ।
जटामसी :- Spikenard, Indian Nard, Nardus root, Indian nara, Musk root, Indian valerian, Indian Spikenard
जठराग्नि :- आयुर्वेद अनुसार तीन थरी अग्निमध्ये नाइटो र मुटुको बीचमा रही पित्तरूपले खाएको कुरा पचाउने अग्नि ।
जवाखार :- यावशूक, यवशूक
जाइफल :- जातिकोश, जातीकोश, जातिकोष, जातीकोष, जातीपत्री, जातिफल, जातीफल, शालुकम् ।
जामुनाको फल :- जम्बु, जम्बू, जाम्बव ।
जिम्बु :- हिङ्गुपत्री ।
जिभ्रे (जभ्रेटो) :- दर्विका, दार्विका, गोजिह्वा ।
जिरा :- अजाजी, कणा, जरण, जीरक ।
जिरा (कालो) :- उपकुञ्चिका, कारबी, कारवी, काला, पृथु, पृथ्वी, सुषवी ।
जिरीको साग :- जीवनी, जीवनीया, जीवन्ती, जीवा, जीवन्तीशाक, मधुस्रवा ।
जीर्णज्वर :- आएको १२ वा २१ दिन भइसकेको जरो ।

जीवनीयगण : **जीवक, ऋषभक, मेदा, महामेदा, कल्छे लहरो, दुधे कल्छेलहरो, वनमास, वनमुगी, जीवन्ती र जेठीमधु : यी जीवनीय गणका पदार्थहरू हुन् । जीवनीय गणलाई मधुरगण, रसायन गण, जीवन र जीवनीय पनि भनिन्छ ।**

जेठीमधु :- क्लीतक, मधुक, मधुयष्टिका, यष्ट्याह्वम्, यष्टिमधुक, यष्टीमधुक । Sweetwood, Common licorice, Liquorice Root.

जौ :- Barley.

ज्यामिर :- जम्बिर, जम्बीर, जम्भ, जम्भर, जम्भल, जम्भीर, दन्तशठ ।

ज्वानो :- दीप्यक, ब्रह्मदर्भा, यमानिका, यवानिका, यवानी ।

टटेलो :- अरटु, अरल, अरलु, अरलू, ऋक्ष, कट्वङ्ग, कुटन्नट, टुण्टुक, दीर्घवृन्त, नट, पत्रोर्ण, पीतवृक्ष (सानो जात) , मण्डूकपर्ण, शुकनास, शोणक, शोणाक, शोनक, श्योनाक, स्योनक, स्योनाक ।

टिमुर (सिलटिमुर, सुगन्धि एला) :- एलाबालुक, ऐलेय, बालुक, सुगन्धि, हरिबालुक ।

ठुलो ताप्रे, करौंदी :- अजगर, अरिमर्द, अरिमर्दक, कण्टक, कनक, कर्कश, कर्षक, कातक, काल, कालङ्कत, कालङ्कतक, कासघ्न, कासमर्द, कासमर्दक, कासमर्दिका, कासारि, कासारी, कोलङ्कतक, जरण, जारण तालकतक, दीपक, परिमर्द, पीतपुष्प, पीतपुष्पक, राजवृक्ष, सूक्ष्मशिशिर, स्तुषन्या, । Coffeeweed, Coffee senna, Stinking weed, Weed coffee, Styptic weed.

ठुलो ताप्रे (सेतो) :- चन्दनपुष्प, दरपुष्प , देवपुष्प, भृङ्गाराह्व, लव, श्रीपुष्प, सितकासमर्द ।

डुम्री :- उदुम्बर, जन्तुफल, यज्ञाङ्ग, हेमदुग्धक ।

डुम्री (काठे) :- काकोदुम्बरिका, जघनेफला, फल्गु, मलपू, मलयू ।

तक्रारिष्ट :- मोही, हर्रो, अमलाको धुलो आदि हालेर बनाइएको अरिष्ट ।

तगर :- नतम्, पिण्डीतक ।

तमकश्वास :- दमको रोग विशेष।

ताप्रे वा चकौंते- अण्डगज, अण्डहस्ती, उरणाक्ष, उरणाख्य, एडगज, एलगज, एडगज, ऐडगज, कुष्ठनिकृन्तन, खर्जूघ्न, गजाख्य, चक्रगज, चक्रमर्द, चक्रमर्दक, चक्रमर्दन, चक्राह्व, चक्रिक, चक्री, तरवट, तर्वट, दद्रुघ्न, दृढबीज, पद्माट, पुन्नाट, पुन्नाड, प्रपुन्नट, प्रपुन्नड, प्रपुन्नाट, प्रपुनाड, प्रपुन्नाड, प्रपुन्नाल, मर्दक, मेषकुसुम, मेषलोचन, मेषाक्ष, मेषाह्वय, मेषाक्षिकुसुम, विमर्दक, व्यावर्तक, शुकनाशन । सनाय । टाकली । Foetid cassia.

तालमखाना :- इक्षुगन्धा, इक्षुर, काण्डेक्षु, कोकिलाक्ष, क्षुर । Marsh barbel, Long leaved barleria वा Talmakhana.

तालिसपत्र :- सुनपाती । भूटान, कुमाउँ, अफगानिस्तान, बलुचीस्तान आदि देशको आठदेखि बाह्र हजार फिटसम्म अग्ला पहाडमा हुने मसिनो कैलो भुसे हाँगा हुने, एक सय पचासदेखि दुई सय फिटसम्म अग्लो हुने र तीस फिटसम्म गोलाई हुने रूख । यसको आधा अमल लामो एक लाइन बाक्लो टुप्पामा दुई वटा तीखा चुच्चा परेका र बीचमा धर्का भएका, सुल्टोतिर हरिया र उल्टोतिर सेतो रङका तथा डाँठको दुबैतिर एकनास हुने पात हुन्छ । एक अमल लामो तलमाथि मसिनो, बीचमा फुकेको पाकेपछि बैजनी रङ्गको हुने फल हुन्छ । फलभित्र आधा इञ्च लामा बियाँ हुन्छन् ।

तित्रो चरा :- तित्तिर, तित्तिरि ।

तिन्दु :- कालस्कन्ध, तिन्दुक, तिन्दुकिन्, शितिसारक, स्फूर्जक । अतिमुक्तक ।

तुलसी :- वृन्दा

तेजपात :- दल, पत्र, पत्रक, पत्रज, त्वक्पत्र ।

त्रिकटु :- सुठो, मरिच र पिप्पला बराबर मिसाई तयार पारिएको धुलो । फलत्रिकम्, व्योष ।

त्रिदोष :- वात, पित्त र कफ यी तीन दोष वा यी तीन दोषबाट हुने रोग ।

त्रिफला :- फलत्रिकम्, वरा, श्रेष्ठा ।

दतिउन :- अधामार्गव, अपामार्ग, किणिही, कीशपर्णी, केशपर्णी, खरमञ्जरी, धामार्गव, प्रत्यक्पर्णी, मयूरक, रामठ, शिखरी, शैखरिक ।

दम :- तमक (सामान्य), महाश्वास (गढेको) ।

दशमूल :- बृहद्पञ्चमूल र लघुपञ्चमूलको योगलाई दशमूल भनिन्छ ।

दही (दही र सातुको घोल) :- करम्ब, करम्भ ।

दही (पर्यौंलो) :- द्रप्स ।

दही (दहीको एक चौथाइ पानी हालिएको) :- तक्र ।

दही (पानी नहालिकन फाएको) :- मथित ।

दही (दहीको पानी) :- मस्तु ।

दारिम :- करक, दाडिम ।

दाह :- शरीरका सबै अङ्गमा व्यापक हुने, कडा खालको सन्तापलाई “दाह” भनिन्छ ।

दीपन :- जुन औषधीले आम (खाएको कुरा पचेर बनेको रस) लाई पचाउँदैन तर पाचकाग्निलाई बाल्दछ त्यस्ता औषधीलाई “दीपन” भनिन्छ । जस्तैः सुप ।

दीपनपाचन :- जुन औषधीले पाचकाग्निलाई पनि बाल्दछ र आमलाई पनि पचाउँदछ त्यस्ता औषधीलाई “दीपनपाचन” भनिन्छ । जस्तै : चितू, अरिड ।

दुम्सी :- शल्लकि, शल्लकी ।

दूबो (सेतो) :- गण्डाली, गोलोमी, चण्डा, शकुलाक्षक, शतवीर्या, श्वेतदूर्वा, सिता ।

देवदार :- आखु, दारु, दारुभद्र, देवदारु, दुकिलिम, पारिभद्रक, पूतिकाष्ठ, पीतदारु, भद्रदारु, शक्रपादप, श्रीवास, सुरा ।

दोलायन्त्र :- काँढापानी आदि पातला पदार्थ हालिएका कुनै गाग्रा आदिमा भरी शुद्ध हुने ओखतीलाई (त्यसपछि) पोको पारी झुण्ड्याएर पसिना निकाल्ने विधिलाई दोलायन्त्र भनिन्छ ।

धतुरो :- उन्मत्त, कनक, कनकाह्वय, कितव, धत्तूर, धूर्त, मदन, मातुल ।

धतुरोको फल :- मातुलपुत्रक ।

धनियाँ :- कुस्तुम्बरी, कुस्तुम्बरु, कुस्तुम्बुरु, छत्रा, तुम्बुरू, धन्याक, धान्याक, वितुन्नक ।

धान्याम्ल :- चामलको पीठो वा कोदोबाट बनाइएको जाँड ।

धूप (बनाइएको) :- कृत्रिमधूप, वृकधूप ।

धूप (विशेष) :- तुरुष्क, पिण्डक, यावन, लोहवान, सिल्ह ।

धूपी (कालो) :- कालागुरु, अगुरु ।

धूपी (पहेंलो) :- कालानुसार्य, कालीयक ।

धूपी (बेलीफैं बास्ना आउने) :-मङ्गल्या ।

धूपी (विशेष) :- पुण्डर्य, पौण्डर्य, प्रपौण्डरीक ।

धूपी (सामान्य) :- अगुरु, कृमिज, जोङ्गक, राजार्ह, लोह, वंशक, वंशिक,

नागकेसर :- काञ्चन, काञ्चनाह्वय, केसर, नागकेसर, पूतिकेसर । Cobra's Saffron.

नागकेसर (रुख) :- कनकाह्व, **चाम्पेय,** तुङ्ग, नागपुष्प, नागेश्वर ।

नागबला :- गवेधुका । कङ्कती ।

नागरमोथे :- अब्द, गुन्द्रा, घन, जलधर, देवी, पयोमुच्, भद्रमस्तक, भद्रमुस्त, मुस्त, वारिवाह । भद्रोत्कट । Umbrella edge, Cypriol.

निलोतुथो :- तामाको उपधातु; तामाको नीलो क्षार वा लवण । तुत्थक, नीलाञ्जन, नीलाञ्जना, सङ्ग ।

निशोध (सेतो) :- त्रिपुटा, त्रिभण्डी, त्रिवृत्, त्रिवृत्ता, रेचनी, रोचनी, सरणा, सरला, सर्वानुभूति । Turpethum.

नीम :- अरिष्ट, निम्ब, पिचुमन्द, पिचुमर्द, महानिम्ब (पर्वते नीम), मालक, सर्वतोभद्र, हिङ्गुनिर्यास ।

नीर :- काला, क्लीतकिका, ग्रामीणा, तुत्था, तूणी, दोला, द्रोणी, नील, नीलिनी, नीली, नैपाली (रुख), मधुपर्णिका, रञ्जनी, श्रीफली, सिक्थम् ।

नुन-पटु,

नुन (खारा)-पाक्य, बिड ।

नुन (बिरे)-कतकम्, तिलक ।

नुन (समुद्री)-अक्षिव, अक्षीव, वशिर, वसिर ।

नुन (साँमरी)-रौमक, वसुक, वसूक ।

नुन (सिधे)-मणिमन्थ, शीतशिव, सितशिव, सिन्धुज, सैन्धव ।

नुन (सौंचर)-अक्ष, रुचक, सौवर्चल ।

नुनिलो माटो :- ऊष, ऊषक ।

नेवारी-निर्गुण्डी, नीलिका, शीफालिका, शेफालिका, सुवहा ।

नेवारी (सेतो)-भूतवेशी, श्वेतसुरसा, सिता ।

नौनी-नवनीत ।

नौनी (एकराते दहीको) :-हैयङ्गवीन ।

नौसादर :- एक प्रकारको फस्को र कडा क्षार पदार्थ ।

पञ्चकोल :- पिप्ला, पिप्लाको जरा, चाँभो, चितू र सुठो ।

पञ्चवल्कल :- बर्रो, पिपल, पाखरी, डुम्री, बेत वा शिरीषको बोक्रा ।

पथ्य :- रोग नभड्काउने, रोगीलाई हित गर्ने, फाइदा गर्ने, योग्य, उचित ।

पर्बल :- कुलक, तिक्तक, पटु, पटोल । Pointed gourd, Cubeb.

पलाँस :- किंशुक, पर्ण, पलाश, वातपोत ।

पलाँसको गेडा :- ब्रह्मक्षार्य ।

पवै :- पानका जस्ता नरम र कोमल पात हुने, कलेजी रङका फूल फुल्ने, ऋषिपञ्चमीमा व्रत बस्नेहरूले तरकारीका रूपमा खाने एक लहरो । उपोदक, उपोदकी, उपोदिका, उपोदीका, पोतकी ।

पाखरी :- जटिन्, जटी, पर्कटि, पर्कटिन्, पर्कटी, प्लक्ष ।

पाचन :- जुन औषधीले आमलाई पचाउँदछ तर पाचकाग्निलाई बाल्दैन त्यस्ता औषधीलाई “पाचन” भनिन्छ । जस्तै : नागकेसर ।

पाडरी (पाल) :- अमोधा, काचस्थाली, काला, कृष्णवृन्ता, कुबेराक्षी, पाटला, पाटलि, फलेरुहा, मोधा, स्थाली ।

पाण्डु :- सम्पूर्ण शरीर र रौं सेतो हुने एक रोग; श्वेतकुष्ठ; सेतो कोढ ।

पातालयन्त्र :- घोप्टो र उत्तानो पारी मुखमुख जोडेर बनाइने रसादि ओखती पकाइने माटोको यन्त्र (भाँडो) विशेष ।

पातेभुला :- ऋद्धि, योग्य, लक्ष्मी, वृद्धि । (सेतो, भुस, बीच बीचमा प्वाल भएको कन्दलाई ऋद्धि र वृद्धि भनिन्छ । देब्रे बटारिएको कपासको गाँठोजत्रो फल हुनेलाई ऋद्धि र दाहिने बटारिएको फल हुनेलाई वृद्धि भन्दछन् ।

पान :- ताम्बूलवल्ली, ताम्बूली, नागवल्ली ।

पारिसपिप्पल :- कन्दराल, कपीतन,गर्दभाण्ड, पारिश, पारीश, प्लक्ष, सुपार्श्वक ।

पारो :- पारद, शिवबीज, सूत । Mercury.

पार्श्वशूल :- उरोग्रह । छातिका करङ दुख्ने रोग ।

पालुवा वा पाउला :- किशलय, किसलय, पल्लव ।

पाषाणभेद :- अश्मभेद, गिरिभिद्, गिरिभेद, शिलाभेद, वटपत्री । प्रशस्त ।

पित्तपापडा :- पर्पट, पर्पटी ।

पिनास :- प्रतिश्याय ।

पिप्ला :- उपकुल्या, उषणा, ऊषणा, कणा, कृष्णा, कोला, चपला, दन्तिफल, पिप्पलि, पिप्पली, मागधी, वैदेही, शौण्डी । Long pepper.

पियङ्गु (दहिगुयेंलो) :- कारम्भा, गन्धफली, गुन्द्रा, गोवन्दिनी, प्रियक, प्रियङ्गु, फलिनी, फली, महिलाह्वया, लता , वनिता, विष्वक्सेना, श्यामा ।

पिर्रे :- अशोकरोहिणी, अशोका, कटम्बरा, कटम्भरा, कटु, कटुरोहिणी, कृष्णभेदा, कृष्णभेदी, चक्राङ्गी, मत्स्यगन्धा, मत्स्यपित्ता, मत्स्यादनी, शकुलादनी ।

पुटपाक :- गिलो वा ताजा वनस्पतिलाई लेराई कुटेर ससाना गोली बनाउनू । त्यो गोलीलाई खमारी, बर्रो, जामुनु वा आँपको पातले बेर्नू । अनि दुई अमल वा बूढी औंलो जति बाक्लो हुने गरी माटोले वरिपरि लिप्नू । त्यसपछि यसलाई आगाको भुङ्ग्रोमा माटो रातो नहुँदासम्म पोल्नू । त्यसपछि बाहिर निकाली माटो र छोपिएको पात हटाई वनस्पतिलाई निचोर्नू । वनस्पति सुकेर रस निचोर्न नसकिने भए पानी अथवा तोकिएको द्रव्यमा मिसाएर पिँध्नू । यस्तो रस एक पल (करिब तीन तोला, ३६ मि.लि.) पिउने गर्नू । यो रसमा मह मिसाउने हो भने एक कर्ष (१२ ग्राम) मात्र मिसाउनू । कल्क, चूर्ण वा द्रव जस्ता कुरा स्वरसमा जति हाल्नू भनिएको छ यसमा पनि त्यति नै हाल्नु पर्दछ भनी विद्वानहरू भन्दछन् ।

पुनर्नवा :- पुनर्नवा, शोथघ्नी ।

पैयुँ :- पद्मक, पीतवृक्ष ।

प्रमेह :- पिसाबसँग मिसिई वीर्य अथवा शरीरका अरू धातु पातलिएर जाने विभिन्न रोगहरू ।

प्रवाहिका (रोग) :- कुपित भएको वायुले गर्दा सञ्चित भएको कफ मलसहित भई गुदद्वारबाट धेरै पटकपटक गरी निस्कने रोग ।

प्रसह :- लुछेर वा चिथोरेर मासु खाने पशुपंक्षीको वर्ग ।

प्रसेक :- मुखबाट र्‍याल वा योनिबाट पानी बहने रोग । बमन, मुखबाट पानी र नाकबाट सिङान झरिरहने रोग, एक निको पार्न कठिन हुने रोग ।

प्लीह :- फियो वा यसमा हुने रोग ।

फ्याक्से कन्द :- गन्धनाकुली, छत्राकी, नकुलेष्टा, नाकुली, नागभिन्न, नागसुगन्धा, भुजङ्गाक्षी, सर्पाक्षी, रास्ना, विषनाशिनी, सुगन्धा, सुरसा, सुवहा ।

बबुर :- पहेंला रङका नरम र बाटुला फूल फुल्ने, लामा कोसा फल्ने काँडैकाँडा हुने एक जातको रूख, बवुल । बब्बूल । जलकर्णी ।

बयरको फल :- कुवल, कोल, घोण्टा, फेनिल, बदर, सौवीर, सौवीर्य ।

बर्रो :- अक्ष, कर्षफल, कलिद्रुम, कलियुगालय, तुष, नन्दी, बिभीत, बिभीतक, भूतवास, भूतावास, मृगलिण्डिक, विभीतक, विभीतकम्, विभीतकी, ।

बलास :- कफ र वायुका प्रकोपले गला र फोक्सो सुन्निई जरो समेत आउने एक रोग ।

बलु :- बला, वाटचालक । Country mallow.

ब्राह्मी :- मत्स्याक्षी, वयस्था, सोमवल्लरी ।

बाह्रमासे :- ओण्ड्रपुष्प, जपा, जपापुष्प, जवापुष्प, वरा ।

बिमिरो :- फलपूर, बीजक, बीजपूर, मातुलिङ्गक, मातुलुङ्ग, रुचक, लुङ्ग, लुङ्गाम्ल ।

बिराले लहरा :- इक्षुगन्धा, क्रोष्ट्री, क्षीरशुक्ला, विदारी, विदारीकन्द । Indian kudzu.

बिलेशय :- दुलोमा बस्ने प्राणी ।

बिहीको फल :- बार्हत ।

बिही (ठूलो, कण्टकारी) :-ककण्टकारिका, कुली, क्षुद्रा, क्षुद्रिका, दुःस्पर्शा, निदिग्धिका, प्रचोदनी, बृहती, राष्ट्रिका, वृहती, व्याघ्री, स्पृशी ।

बृहत्पञ्चमूल :-	बेल, गिनेरी, टटलो, खमारी र पाडरीको जराको मिसावटलाई महापञ्चमूल (वा बृहत्पञ्चमूल) भनिन्छ ।
बेतलौरी :-	उत्कट, केबुक, चोच, त्वक्पत्र, त्वच, भृङ्ग, वराङ्गक ।
बेथु :-	वास्तुक, वास्तूक, चिल्ली (बेथे विशेष) ।
बेल :-	बिल्व, मालूर, शाण्डिल्य, शैलूष, श्रीफल ।
बोझो (बोधो) :-	उग्रगन्धा, उग्रा, गोलोमी, वचा, शतपर्विका, ग्रन्था । Sweet calamus, Flag root
भँगेरो :-	कुलिङ्ग, चटक ।
भगन्दर :-	गुदद्वार र अण्डकोशको मध्यमा आउने खटिरा विशेष ।
भण्टा :-	वरा, वृन्ताक, वृन्ताकी ।
भलायो :-	अग्नि, अग्निमुखी, अरुष्कर, भल्लातकम्, भल्लातकी, वीरवृक्ष ।
भाङ :-	उन्मादिनी, भङ्गा, मातुलानी, विजया । शक्राशन ।
भुइँअमला :-	अज्झटा, अमला, उच्चटा, झटा, झटामला, तामलकी, ताली, भूधात्री, वारुणी, शिवा ।
भृङ्गिराज :-	केशराज, भृङ्गराज, मार्कव । Eclipta.
भेडा :-	अवि, उरण, उरभ्र, उर्णायु, एक, एड, मेढ्र, मेष, वृष्णि ।
भेदन :-	वात आदि दोषले पेटभित्र अड्किएका वा गोटा परेर बसेका मलमूत्रलाई टुक्राटुक्रा पारी मलद्वार वा मूत्रनली मार्फत बाहिर निकाल्ने औषधी वा गुण । जस्तै : कटुकी ।
मजिठो :-	कालमेशिका, कालमेषिका, जिङ्गी, फञ्जी, भण्डी, भण्डीरी, मञ्जिष्ठा, मण्डूकपर्णी, योजनपर्णी, योजनवल्ली, रक्तयष्टि, रक्तयष्टिका, विकषा, विकसा, समङ्गा, समङ्गी ।
मञ्जरी :-	मञ्जरि, वल्लरि, वल्लरी ।
मदिरा :-	इरा, कश्य, कादम्बरी, गन्धोत्तमा, परिस्रुत, परिस्रुता, प्रसन्ना, मदिरा, मद्य, वरुणात्मजा, सुरा, हलिप्रिया, हाला ।
मनशिला :-	आयुर्वेदीय औषधीमा प्रयोग गरिने हल्का पहेँलो रङको एक प्रशोधित खनिज पदार्थ, मैनसिल । कुनटी, गोला, नागजिह्विका, नेपाली, नैपाली, मनःशिल, मनःशिला, मनोगुप्ता, मनोह्वा, शिला । Realgar.
मन्थ :-	ओखतीको धुलो वा कुटेर मसिनो पारिएको लेदोलाई चार पल पानी सहित माटाको हाँडीमा हाली मथेर निकाली छानिएको रस ।
मयूर :-	केकिन्, नीलकण्ठ, पत्राढ्य (?), बर्हिण, बर्हिन्, भुजङ्गभुज्, मयूर, मेघनादानुलासिन्, शिखावल, शिखिन्, शिखी ।
मरीच :-	ऊषण, कृष्ण, कोलक, धर्मपत्तन, मरिच, मरीच । Black pepper.
मरुई लहरो :-	गोकर्णी, तिक्ता, तेजनी, देवी, पीलुपर्णी, मधुरसा, मधुश्रेणी, मधूलिका, मूर्वा, मूर्वी, मोरटा, स्रवा, स्रुवा ।
मह :-	मधु । Honey.
माड :-	मण्ड, चामलभन्दा चौध गुना बढी पानी हालेर पकाइने खाद्य वस्तु ।
माड (भातको) :-	आचाम, निस्राव, मासर, विस्राव ।
मेढाशृङ्गी (भेडासिङ्गी) :-	बाटुला, ठूलठूला पात हुने, राता फूल फुल्ने र लामालामा फल हुने एक वृक्ष वा त्यसैको फल । अजशृङ्गी, मेषशृङ्गी, विषाणी ।
मासको फल :-	माष । Black Gram.
मास :-	कुल्माष ।
मिस्री :-	खण्ड, सिता । sugar candy.

मास (वनमाष) :- काम्बोजी, महासहा, माषपर्णी, मासलहरी, हयपुच्छी ।

मुँडिलो :- त्रायन्ती, त्रायमाणा, बलभद्रिका, वार्षिक ।

मुगी :- वला ।

मुगी (वन) :- काकजङ्घा, काकमुद्गा, मकुष्टक, मकुष्ठ, मकुष्ठक, मुद्गपर्णी, सहा ।

मुङ्ग्रेलो :- ज्वानुका छाँटका काला गेडा हुने एक प्रकारको जीरा; कालो जीरा; कलौंजी । उपकुञ्चिका, स्थूलजीरक ।

मुनक्का :- ठूलो खालको किसमिस वा सुकाइएको अङ्गुर; दाख; मनक्का ।

मुसलीकन्द :- तालमूलिका, मुशली, मुषली, मुसली ।

मोथे :- अब्द, अम्बु, कन्धर, कुरुविन्द, गुन्द्रमूल, घन, पयोमुच्, मुस्तक, मुस्ता, मेघनामन्, वन्दा । Nut-grass, Cocograss, Purple nutsedge.

मोह :- अज्ञान, भ्रम, बेहोसी, चित्तको अशान्ति ।

मोही (मही) :- अरिष्ट, कालशेय, गोरस, दण्डाहत ।

मोही (आधा पानी हालिएको) :- उदश्वित् ।

यवागू :- चामल आदि भन्दा छ गुना बढी पानीमा पकाइने खाद्य वस्तु ।

यूष :- दलहन आदिलाई रुमालमा पोको पारी अठार गुना बढी पानीमा उमालेर पकाउने, आधा पानी बाँकी भएपछि पोको निकाल्ने । यस्तो रसलाई यूष भनिन्छ ।

योगवाही :- शरीर भित्र गर्मी गर्ने पदार्थसँग मिलेर अति गर्मी गर्ने र ठण्डी गर्ने पदार्थसँग मिली अति ठण्डी गर्ने औषधी वा त्यस्तो गुण ।

रक्तपित्त :- मुख, कान, आँखा, नाक, गुदद्वार तथा मूत्रद्वारबाट रगत बहने रोग ।

रसाञ्जन :- चुत्राको काँडा, बोक्रा वा जराको काँढापानीमा त्यति नै दूध मिसाएर खुवा जस्तो हुने गरी पकाइएको ओखती सुकाएर पारिएको धुलो । तार्क्षज ।

रसायनी :- बुढ्यौली आउन नदिने वा बूढालाई तन्नेरी गराउने ओखती वा गुण । जुन औषधीले शरीरको बुढ्यौली (सत्तरी वर्ष पछि) मा हुने रोग र (सबै उमेरका) जरो आदि रोगलाई निको पार्दछ त्यसलाई वा त्यस्तो गुणलाई “रसायन” भनिन्छ । जस्तै : गुर्जो, रुदन्ती (हिमाली सागजातको बूटी विशेष), गोकुलधूप, हर्रो आदि ।

रहर :- आढकी, काक्षी, तुवरिका, तुवरी, तूवरिका, मृतालक, मृत्तालक, मृत्स्ना, सुराष्ट्रज ।

राङ :- वङ्ग ।

राजवृक्ष :- आरग्वध, आरेवत, कृतमाल, कृतमालक, चतुरङ्गुल, रुग्घात, व्याधिघात, शम्याक, शंपाक, सुपर्णक, सुवर्णक, संपाक । (अमलतास)

रेचन :- पेटमा रहेका राम्ररी पचेका वा केही नपचेका खाएका कुरालाई पातलो बनाई मलद्वारतिर धकेल्ने औषधी वा गुण । जस्तै : सेतो निशोध ।

रोहिष झार :- ऐरक,

लङ्घन :- नखाएर, बान्ता गरेर, दिसा गरेर, रगत निकालेर, तातो पानी पिएर, पसिना निकालेर, बान्ता र दिसा दुबै उपायले, पानी नपिएर, हावामा बसेर, घाममा बसेर, खाएको पचाएर, खाना नखाएर, परिश्रम गरेर र शिरो विरेचन गरेर शरीरलाई हलुका बनाउने आयुर्वेदीक तरिका ।

लज्जावती :- लजालु झार, खदिरा, गण्डकारी, गण्डकाली, नमस्कारी, समङ्गा ।

लज्जावती :- राता पात हुने लज्जावती, गोधापदी, सुवहा ।

लसुन :- अरिष्ट, गृञ्जन, महाकन्द, महौषध, रसोन, रसोक, लशून ।

लाभे चरा :- लाव ।

लावा :- अक्षत, लाज । सुकेका अन्नलाई भुटेपछि लावा भनिन्छ, त्यसैले धानको बुझाउन धान्यलाजा भन्नु पर्दछ । parched paddy or puffed rice.

लाहा (माहुर) :- अलक्त, जतु, द्रुमामय, याव, यावक, राक्षा, लाक्षा ।

लुँडे :- अल्पमारिष, तण्डुलीय ।

लेकपाङ्ग्रो :- कलिकारक, कलिमारक, काँडे गिठोली, पुतीक, पूतिक, पूतिकरज, पूतीक, पूतीकरज, पूतीकरञ्ज, प्रकीर्य ।

लेखन :- जुन औषधीले रस आदि धातु वा वात आदि दोषलाई (भित्रभित्रै) सुकाएर (वा घटाएर) शरीरबाट बाहिर निकाली दिन्छ त्यसलाई वा त्यस्तो गुणलाई “लेखन” भनिन्छ । पदार्थमा हुने यस्तो लेखन गुणलाई “लेखनी” भनिन्छ । जस्तै : ठूलो बिही, तातो पानी, बोझ्नो, जौ आदि ।

लोध (सेतो) :- गालब, तिरीट, तिल्व, मार्जन, रोध्र, लोध्र, शावर, सावर । Californian cinchona, Lodh tree, Small bark tree वा Lotur bark

लौका (तुम्बा) :- इक्ष्वाकु, कटुतुम्बी ।

ल्वाङ :- देवकुसुम, **पद्माह्व,** लवङ्ग, श्रीसंज्ञ ।

वत्सनाभः- सिमालीका जस्ता पात र बाछाको नाइटोजस्तो जरो हुने एक प्रकारको विष-बुटी । तीतेपातीको जस्तो पात, तीनदेखि साढे तीन हात अग्लो बोट, सोझो डाँठको दुबैतिर झुप्पा झुप्पा फूल फुल्ने, फूलको रङ सेतो बैजनी वा छिर्के हुने, स्थावर विष मानिने एक वनस्पति । यसका जरा, पात, बिउ र फूलमा समेत विष हुन्छ । जरो बाच्छाको नाइटोजस्तो देखिने हुनाले यसलाई “वत्सनाभ” भनिएको हो । यसका सय प्रजाति हुन्छन् ।

वमन :- जुन औषधीले नपचेका तर पित्त र कफ बनेर पेटभित्र अड्किएका कुरालाई बलपूर्वक मुख मार्फत (बान्ता गराई) निकाल्दछ त्यसलाई वा औषधीमा हुने त्यस्तो गुणलाई “वमन” भनिन्छ । जस्तै : मैनफल ।

वर :- न्यग्रोध, बहुपाद्, वट ।

वाजीकर :- जुन औषधीले पुरुषको धातु बढाई त्यस मार्फत स्त्रीमा रोमाञ्च सहितको शक्ति सञ्चार (मैथुन सुख) पैदा गर्दछ त्यसलाई “वाजीकरम्” भनिन्छ । जस्तैः गुनालु (एकजातको बलु झार), जाइफल, कुरिलो, दूध, सखर, काउसोका गेडा आदि ।

वायुविडङ्ग :- White flower embelia.

विजयसाल :- अलकप्रिय, अशनक, असन, आसन, कल्याण, काम्य, कार्श्य, काव्य, कृष्णसर्ज, कोश्या, गौर, जीव, जीवक, तवाकार, तिष्य, नीलक, नीलकनाम, नीलका पर्याय, नीलनिर्यास, प्रिय, प्रियक, प्रियकशालक, प्रियशालक, प्रियसारक, प्रियसालक, पीतशालक, पीतसार, पीतसारक, पीतसाल, पीवर, पुष्य, बन्धूकपुष्प, बन्धूकपुष्पक, बीजक, बीजका पर्याय, बीजवृक्ष, मदासर्ज, महासर्ज, महासाल, विंशकपुष्पका, शारि, शौरि, श्याम, सर्जक, सुगन्ध, सुगन्धि, सुनील, सौरि, सौरी, सौरिकाम्य, । **Indian Kinno.**

विदाह :- पित्तप्रकोपले हात, गोडा, छाती आदि पोल्नु । **हात, गोडा वा अंसमूलमा हुने अनेक थरीको सन्तापलाई “विदाह” भनिन्छ ।**

विबन्ध : कब्जियत ।

विष्टम्भ :- दिसा रोकिएर पेट फुल्ने रोग विशेष ।

विष्टम्भी :- मलमूत्र अवरोध गर्ने, विष्टम्भि । दिसा रोक्ने वा कब्जियत गर्ने ।

विषमज्वर :- कहिले चिसो कहिले तातो, कहिले मन्द र कहिले तीव्र भएर अनियमित रूपले आउने जरो; कामजरो ।

विष्किर :- खुट्टाले खोस्रेर अनि फेरी चुच्चाले एकएक गरी टिपेर आहारा खाने खालका चराको वर्ग

वंशलोचन :- तुगा, तुगाक्षीरी, रोचना, सिता ।

शङ्खपुष्पी :- चोरपुष्पी, शङ्खिनी ।

शमी (सानो) :- शमीर ।

शिरीष :- कपीतन, भण्डिल, भण्डील, भण्ढीर, शिरीष ।

शिलाकुङ्कुम :- अष्ट्मपुष्प, कालानुसार्य, वृद्ध, शीतशिव, शैलेय ।

शीतलचिनी :- कपिला, कवाफचिनी, कौन्ती, द्विजा, भस्मगन्धिनी, रेणुका, हरेणु ।

शीत वीर्य :- (अष्टाङ्ग हृदय) द्रव्यमा हुने गुण विशेष । शीत वीर्यले मनलाई प्रसन्न पार्ने, जीवन दिने, जडवत् बनाउने तथा रगत र पित्तलाई प्रशोधन गर्ने काम गर्दछ । कुनै द्रव्यमा उष्ण वा शीत वीर्य गुण हुन्छ भनियो भने यही अनुसार मनन गर्नुपर्ने हुन्छ ।

शूल : - (क) टाउको, हात, गोडा आदि कुनै पनि अङ्गमा हुने ज्यादा दुखाइ । (ख) वायुप्रकोपले हुने पेटको ज्यादा दुखाइ । (ग) वातरोग । गानु, गानो, गानुगोला, गोला ।

शोधन :- जुन औषधीले वात दोषका कारण शरीरभित्र कतै जमेर बसेका मललाई फोरफार गरी माथि नाकमुखबाट वा तल मलमूत्रद्वारबाट बाहिर निकाल्दछ, त्यसलाई वा त्यस्तो गुणलाई “संशोधन” भनिन्छ । जस्तैः देवदार ।

शोफ :- शरीरको कुनै अङ्ग सुन्निनु, शोथ, श्वयथु ।

शोष :- शरीर सुक्नु, छ किसिमका क्षयरोग ।

श्वास :- दम; कमजोरी, रोग, परिश्रम आदिले छिटोछिटो चल्ने सास; धक्ने रोग; धम्कीको रोग ।

श्रीखण्ड :- श्रीवास ।

सखर :- jaggery.

सङ्ग्रहणी :- ग्रहणीरोगले खाएको चिज पच्न नदिँदा हुन जाने ग्रहणीरोगकै लक्षण भएको पेटको रोग । जसका वातसङ्ग्रहणी, पित्तसङ्ग्रहणी, कफसङ्ग्रहणी, त्रिदोषज सङ्ग्रहणी र आमजन्य सङ्ग्रहणी गरी पाँच भेद छन् ।

सजिखार :- सर्जिका, सुवर्चिका ।

सतिबयर :- धावनी, पृष्ठपर्णी । पृश्निपर्णी ।

सर्स्यूँ (सेतो) :- सिद्धार्थ ।

सर्स्यूँ (पहेंलो) :- गौरी ।

सल्लाको खोटो :- वृकधूप, श्रीपिष्ट, श्रीवास, श्रीवेष्ट, सरलद्रव । शिखरी (काँढेसल्लाको खोटो) ।

सल्लो :- पीतद्रु, पूतिकाष्ठ, सरल ।

सल्लो (लोठसल्लो) :- तालीस, तालीसपत्र ।

साँभर नुन :- रोमक, शाकम्भरी, सामरी नुन ।

साकिनु :- अंशुमती, ध्रुवा, विदारिगन्धा, गन्धा, पर्णीपर्णी, शालपर्णी, सालपर्णी, स्थिरा ।

साकिनु (रातो) :- शरपुङ्ख, शरपुङ्खा, शरपुङ्खी ।

सिँधिनुन :- सैन्धव । Halite, Rock salt.

सिउँडी :- मसिना पाटापाटा परेका फूल फुल्ने, तीन वा तीनभन्दा बढी पाटा परेका हरिया डाँठ हुने, डाँठका टुप्पाका मात्र बाक्लो पात हुने र दूध निस्कने काँडादार बोट, स्यूँडी, सिहुँडी । गुडा, वज्र, वज्रदु, समन्तदुग्धा, सिहुण्ड, सीहुण्ड, सुगत, सुधा, सेहुण्ड, स्नुह, स्नुही ।

सिखर्नी :- मार्जिता, रसाला ।

सिप्लिकान :- लाम्चा नरम पात हुने, पहेंला फूल फुल्ने, र गोल फल फल्ने तथा मुन्टाको अचार, तरकारी खाइने एक जातको रूख । कुमारक, तिक्तशाक, वरण, वरुण, सेतु ।

सिलाजित : Mineral Pitch.

सिवाँली (वृक्ष) :- इन्द्रमुरिस, इन्द्रसुरस, इन्द्राणिका, निर्गुण्डी, सिन्दुक, सिन्दुवार, सिन्धुक ।

सिस्नु :- अनन्ता, कच्छुरा, कुनाशक, चोदिनी, जवास, दुरालभा, दुरालम्भा, दुःस्पर्श, धनुर्यास, धन्वयास, धन्वयासक, यवास, यास, रोदनी, समुद्रान्ता, सारिवा ।

सिस्नु (चाल्ने सिस्नु):- अङ्घ्रि, अङ्घ्रिवल्लिका, अङ्घ्रिपर्णी, कलशि, कलशी, क्रोष्टुविन्ना, गुहा, चित्रपर्णी, धावनि, धावनी, पर्णिका, पृथक्पर्णी, पृश्निपर्णी, सिंहपुच्छी ।

सुँगा (रातो) :- हारित, हारीत ।

सुँगुर :- आखु ।

सुकुमेल :- उपकुञ्चिका, ऐन्द्री, कोरङ्गी, तुत्था, त्रिपुटा, त्रुटि, त्रुटी, निष्कुटि, निष्कुटी, बाला । Lesser Cardamom, Shelser Cardamom, Malabar Kardamom. Chester Cardamom, Cardamom Fruit, Green cardamom.

सुगन्धवाल :- अम्बु, उदीच्य, केशाम्बुनामन्, बाल, बालक, वर्हिष्ठ, ह्रीवेर ।

सुनिषण्णक :- चारपाते पानी झार विशेष ।

सुप :- अतिच्छत्रा, अवाक्पुष्पी, कारबी, कारवी, मधुरा, मिशि, मिसि, मिसी, शतपुष्पा, सितच्छत्रा ।

सुहागा :- सुन आदि धातु गलाउन प्रयोग गरिने एकथरी खनिज क्षार, स्वाग । टङ्क, टङ्कण ।

सैजन :- अक्षीव, आक्षीवमोचक, कृष्णगन्धा, तीक्ष्णगन्धक, मोचक, मोचिक, शिग्रु, शोभाञ्जन, सौभाञ्जन ।

सामरी नुन :- रोमक ।

सुठो :- खार, चून आदि खनिज पदार्थ मिसाई तयार गरी सुकाइएको अदुवा । सुकेको अदुवा । Dry ginger.

सौराष्ट्रिक :- सौराष्ट्र देशमा पाइने कछुवाको टाउको जस्तो मोटो, कालो गानो र पलाशका जस्तो पात हुने नौ थरी विषमध्येको एक विष ।

सौवर्चल :- प्राचीनकालमा सुवर्चल नामको देशमा हुने नुन विशेष ।

स्टील फलाम :- तीक्ष्णकम् ।

स्वर बस्नु :- स्वरभेद ।

स्वरभ्रंश : स्वर बसेको अवस्था ।

स्वरस :- (क) (किरा, आगो, हावा, पानी आदिले) नबिग्रिएको आलो वनस्पति लेराई तुरुन्त कुटेर सफा कपडामा हाली निचोर्नू । यसरी निचोरिएको रसलाई “स्वरस” वा “अङ्गरस” भनिन्छ । (ख) सुकेको औषधीको सोह्र तोला धुलो बनाउनू । फेरी त्यसको दोबर पानी हालेर त्यो धुलोलाई कुनै भाँडामा भिजाउनू । एक रात र एक दिन बितेपछि मिचेर त्यो पानीलाई सफा कपडाले छान्नू, यसलाई पनि “स्वरस” भनिन्छ । (ग) आलो औषधी नपाउँदा सुकेको औषधी लेराई त्यसलाई त्यसको आठ गुना पानीमा हालेर उमाल्नू । एक चौथाई पानी बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । यो तेश्रो प्रकारको “स्वरस” हो । स्वरस पचाउन कठिन हुने हुनाले बढीमा दुई तोला (२२.१४ ग्राम वा २४ मि.लि.) पिउने गर्नू । राती भिजाएर बिहान खाने स्वरस भए चार तोलासम्म (४४.२८ ग्राम वा ४८ मि.लि.) पिउने गर्नू ।

स्वाग :- टङ्कण, सुहाग । Borax.

हरिताल :-	प्रायः कीराले नखाओस् भनी नेपाली कागजमा दलिने पहेँलो रङ्को विषालु खनिज पदार्थ । अल, आल, ताल, पिञ्जर, पीतन, वारण, विडालक, विडाल, हरितालक । Orpiment.
हरेणु :-	अष्टाङ्ग हृदय कोष : (१) बृहच्चणकः । सतीनः । (२) कौन्ती । रेणुकः । (३) रेणुकः मरिचाकृति सुगन्धिद्रव्यम् । हरेणु । रावणसंहिता : गन्धद्रव्यविशेष । आयुर्वेदीय शब्दकोशः हरेणु : वर्तुलकलायः शिम्बीधान्येष्वेकम् ।
हर्रो :-	अभया, अमृता, अव्यथा, कायस्था, चेतकी, जीवन्ती, देवी, पथ्या, पूतना, रोहिणी, वयस्था, विजया, शिवा, श्रेयसी, हरीतकी, हैमवती । Black myrobalan.
हलेदो (पहेंलो) :-	काञ्चनी, निशा, पीता, रात्रि, वरवर्णिनी, वरा, हरिद्रा । Turmeric.
हिङ :-	जतुक, दरद, रक्षोघ्न, रामठ, वाह्लिक, वाह्लीक, सहस्रवेधिन्, हिङ्गु ।
हिङ्गुल :-	पारो मिश्रित खनिज पदार्थविशेष ।

तौल र नापो (श्रोत : आयुर्टाइम्स डटकम, नेपाली अमरकोश)

आयुर्वेदीक नापो	आधुनिक नापो (करिब)
१ परमाणु	०.००१६ मिलिग्राम
१ ध्वंशी वा वंशी वा त्रसरेणु	०.०५ मिलिग्राम
१ मरीचि	०.३२ मिलिग्राम
१ रक्तसर्षप	१.९५ मिलिग्राम
१ तुण्डल	१५.६२ मिलिग्राम
१ धान्याम्श	३१.२५ मिलिग्राम
१ यव	६२.५ मिलिग्राम
१ रत्ती	१२५ मिलिग्राम
१ अण्डिका	२५० मिलिग्राम
१ माषक वा माषा	१ ग्राम
१ शाण	३ ग्राम
१ कोल	६ ग्राम
१ तोला	१२ ग्राम
१ कर्ष, १ अक्ष	१२ ग्राम
१ शुक्ति	२४ ग्राम
१ पल	४८ ग्राम, ४ कर्ष, ६४ मासा, ५ तोला ४ मासा
१ छतङ्क	६० ग्राम
१ प्रसृति	९६ ग्राम
१ छटक	१८६ ग्राम
१ कुडव	१९२ ग्राम, ४ निकुञ्चक, १ कुरुवा
१ पाउ	२४० ग्राम
१ माणिका	३८४ ग्राम
१ प्रस्थ	७६८ ग्राम, ४ कुडव, ८ माना, १ पाथी
१ सेर	९६० ग्राम
१ आढक	३.७३ किलोग्राम, ४ पाथी
१ तुला	४.८ किलोग्राम, १०० पल, ५३३ तोला र ४ मासा
१ द्रोण	१२.२२८ किलोग्राम, १६ पाथी
१ सु(सू)र्प	२४.५७६ किलोग्राम, २ द्रोण
१ द्रोणी वा गोणी	४९.१५२ किलोग्राम, २ सूर्प
१ भार	९६ किलोग्राम, २० तुला, १०,६६६ तोला र ८ मासा
१ खारी	१९६.६०८ किलोग्राम, १२ मुरी १६ पाथी
१ वाह	२० खारी, २४६ मुरी
१ निकुञ्चक	५ मुठी, आधा माना
१ आचित (मानिसले बोक्न नसक्ने गाडामा हालेर चलाउनुपर्ने भारी)	१ दशभार, १,०६,६६६ तोला र ८ मासा

ओखती खुवाउने मात्रा

उमेर	अन्य ओखतीको अधिकतम मात्रा	काँढापानीको अधिकतम मात्रा
१ महिना	१२५ मिलिग्राम	५०० मिलिग्राम
२ महिना	२५० मिलिग्राम	१ ग्राम
३ महिना	३७५ मिलिग्राम	१.५ ग्राम
४ महिना	५०० मिलिग्राम	२ ग्राम
५ महिना	६२५ मिलिग्राम	२.५ ग्राम
६ महिना	७५० मिलिग्राम	३ ग्राम
७ महिना	८७५ मिलिग्राम	३.५ ग्राम
८ महिना	१ ग्राम	४ ग्राम
९ महिना	१.१२५ ग्राम	४.५ ग्राम
१० महिना	१.२५० ग्राम	५ ग्राम
११ महिना	१.३७५ ग्राम	५.५ ग्राम
१२ महिना	१.५ ग्राम	६ ग्राम
१-२ वर्ष	२.१२५ ग्राम	८.५ ग्राम
२-३ वर्ष	२.७५ ग्राम	११ ग्राम
३-४ वर्ष	३.३७५ ग्राम	१३.५ ग्राम
४-५ वर्ष	४ ग्राम	१६ ग्राम
५-६ वर्ष	४.६२५ ग्राम	१८.५ ग्राम
६-७ वर्ष	५.२५ ग्राम	२१ ग्राम
७-८ वर्ष	५.८७५ ग्राम	२३.५ ग्राम
८-९ वर्ष	६.५ ग्राम	२६ ग्राम
९-१० वर्ष	७.१२५ ग्राम	२८.५ ग्राम
१०-११ वर्ष	७.७५ ग्राम	३१ ग्राम
११-१२ वर्ष	८.३७५ ग्राम	३३.५ ग्राम
१२-१३ वर्ष	९ ग्राम	३६ ग्राम
१३-१४ वर्ष	९.६२५ ग्राम	३८.५ ग्राम
१४-१५ वर्ष	१०.२५ ग्राम	४१ ग्राम
१५-१६ वर्ष	१०.८७५ ग्राम	४३.५ ग्राम
१६-७० वर्ष	१०.८७५ ग्राम	४३.५ ग्राम

नोट : जुन ओखतीको मात्रा तोकिएको हुँदैन त्यसका लागि यो टेबुलको मात्रा प्रयोग गर्नुपर्दछ । विभिन्न आयुर्वेदका ग्रन्थमा दिइएका मात्राका आधारमा करिब करिब मिल्ने किसिमले यो मात्राको तालिका दिइएको हो ।